

# るもい野菜のクロック ケーキ

オーブン余熱時間：約20分

湯沸かし時間：約5分

調理時間：50分～



## 【必要食材・調味料】

- ・湯沸かし用の水
- ・卵（2個）
- ・塩胡椒（適量）
- ・トマト（1/2個）
- ・かぼちゃ（100g）
- ・パセリ（適量）
- ・食パン8枚切り（3枚）
- ・牛乳（100ml）
- ・ベーコン（6枚）
- ・アスパラ（3本）
- ・ピザ用チーズ（80g）

## 【必要道具】

- ・まな板
- ・包丁
- ・鍋（小）
- ・ボール（大小各1つ）
- ・パウンド型
- ・クッキングシート

## 【作り方】

- ① オーブンを200度に余熱鍋に湯を沸かし塩を入れる
- ② 食パンを1/4等分に十字に切る
- ③ かぼちゃを薄切りにし、レンジで30秒加熱
- ④ アスパラの皮をむき下茹でする
- ⑤ トマトを薄切りにする
- ⑥ 卵、牛乳、塩胡椒を混ぜバットにうつし②を浸す
- ⑦ クッキングシートを敷いたパウンド型に⑥を3切れ並べて敷く
- ⑧ ⑦にベーコン2枚、チーズ1/4、かぼちゃを乗せる
- ⑨ 更に⑥3切れとベーコン、チーズ、アスパラを乗せる
- ⑩ 最後に⑥3切れとベーコン、チーズ、トマトを重ね、残りの⑥でフタをする
- ⑪ チーズとパセリを散らしオーブンで20～30分焼く
- ⑫ 粗熱を取って型から外し適度な大きさにカットし完成

色とりどりの断面が可愛いクロックケーキ