

きよしイチオシ



## グリル野菜の明太子ソース

### ◎材料 1人分

#### 【明太子ソース】

- ・つぶちゃん(明太子)…大さじ2
  - ・マヨネーズ…大さじ2
  - ・生クリーム…大さじ3
- これを混ぜ合わせておく

#### 【野菜】

- ・キャベツ、プチトマト、ズッキーニ、エリンギなどお好みの野菜をお好みの量

### ◎作り方

- (1)野菜を食べやすい大きさにカットする。キャベツは大きめのくし切りにすると焼きやすいです。
- (2)切った野菜をフライパンやホットプレートでじっくり焼く。
- (3)野菜を皿に盛りつけ、混ぜ合わせておいた明太子ソースをかけてできあがり。

