

ピートパイ

東中学校 2年 篠原 永茉

使った特産物：落花生 トマト シイタケ 玉ネギ

材料 4人分

うでびー	75 g
豚ひき肉	75 g
玉ネギ	1/2個
にんじん	1/2本
シイタケ	2個
トマト	2個
セロリ	4 cm
塩	少々
こしょう	少々
固体コンソメ	1個
砂糖	小さじ4
とんかつソース	小さじ2
トマトケチャップ	大さじ1
冷凍パイシート	4枚
卵	1個



【作り方】

- ① 豚ひき肉を炒め、塩、こしょうする。
- ② 玉ネギ、にんじん、シイタケ、セロリをみじん切りにし、①に加え炒める。
- ③ ②にミキサーにかけたトマトと残りの調味料を入れ、煮詰める。
- ④ 粗みじんにしたうでびーを③に加え、粗熱を取る。
- ⑤ 伸ばした四角いパイシートにピートソースをのせ、端をフォークで押して閉じる。
- ⑥ 溶き卵を塗り、トースター（250℃）で13～15分焼く。

料理のアピールポイント

肉の半量をうでびーに替え、コクとヘルシーさ up !