



ミニトマトの焼き肉あえ

●材料(4人分)

ミニトマト……………200g
ピーマン……………大2個
牛肉……………100g
焼き肉のたれ……………適量
サラダ油……………適量

- 1 ミニトマトは熱湯をかけ、皮をむいておく。
- 2 ピーマンは種を取り、乱切りに切っておく。
- 3 フライパンにサラダ油をひき、牛肉・ピーマンを炒めてミニトマトを入れたら、焼き肉のたれで味をつける。

<組み立て>

- 1 生地を6:4に切り分ける。
※6が上の生地、4が下の生地です。
- 2 生地を伸ばして、下になる方にフォークで穴をあける。
- 3 真ん中にトマトを置く。
- 4 下になる生地のまわりに卵黄を塗る。
- 5 上の生地は下より1cm幅大きく伸ばし、まわりをカットしてそろえる。
- 6 上の生地は包丁で切り目を入れておく。
- 7 下の生地に上の生地をかぶせる。
- 8 上に卵黄を塗る。
- 9 200℃で15分、180℃で15～20分くらい焼く。