



## オリジナルレシピ

野菜工房 店長  
Jr.野菜ソムリエ  
山本 祥恵



### 『お手軽チーズフォンデュ』

#### ◆ 用意するもの ◆

ブロッコリー・・・好みの量で  
カマンベールチーズ・・・1/2個  
ベーコン（適当な大きさにカット）・・・適量

#### ◆ 作り方 ◆

- ① ブロッコリーは茎を切り、小房に分ける。茎は皮をむいて1cm幅の輪切りにする。
- ② ①を熱湯で、約1分弱火で茹で、ザルにあげておく。
- ③ 耐熱容器に横半分に切ったカマンベールチーズを入れて、電子レンジを15秒程度（上がフツフツとなってくるくらい）かける。
- ④ 取り出した③の上に②のブロッコリー、ベーコンをのせて、トースターで約5分焼いて出来上がり。

#### ★ POINT ★

ブロッコリーだけでなく、  
あれば、人参、じゃがいも、さつまいもなどを蒸して一緒にどうぞ。

