



## 【ケーキサレ】

ケーキサレとは…肉や野菜、チーズなどを混ぜて焼き上げた、甘くない「お惣菜ケーキ」のことです。

《材料（アルミカップ5個分）》 《作り方》

ホットケーキミックス 80g

卵 2/3個

④ マヨネーズ 20g

ケチャップ 20g

ピザ用チーズ 15g

ウインナー 2本

⑤ 玉ねぎ 15g

ほうれん草 15g

牛乳 40g

①ウインナーは薄い輪切り、玉ねぎとほうれん草は粗みじん切りにする。ほうれん草は茹でておく。

②④を混ぜ合わせる。

③②に牛乳を入れて混ぜる。

④③にホットケーキミックスを入れて混ぜ、⑤も入れて混ぜ合わせる。

⑤アルミカップに流し入れ、170℃に予熱したオーブンで約15分焼いて出来上がり♪  
(様子を見ながら焼いてください。)