

コリンキーの彩り冷製サラダ



【材料】（4人分）

野菜ジュース……………200～300ml
粉ゼラチン……………5g
コリンキー } お好みの量
きゅうり }
にんじん }
お好みのドレッシング……適量

- ①野菜ジュース(お好み)を鍋で温め、ゼラチンを加え溶かす。※分量はメーカーによって異なりますので箱書きをよく読んで使用してください。冷めたら縦型のガラス容器に流し入れ冷蔵庫で冷やし固める。
 - ②コリンキー、きゅうり、にんじんは8mmほどの角切りにする。
 - ③野菜ジュースが固まったら、②を盛つけて出来上がり！
- ※トマトジュースやセロリなど、お好みでアレンジしてオリジナルサラダに♪



コリンキーのチーズ焼き



【材料】（2人分）

コリンキー……………1/3個
なす……………1本
ハム……………2枚
ピザ用チーズ……お好みで☆
塩・こしょう

- ①コリンキーは一口大に切り、ハムは1cmくらいの角切りにする。
 - ②なすは1cmくらいの輪切りか半月切りにし、水にさらしてアクをとったら水気を切り軽く炒める。
 - ③耐熱皿になす、コリンキーをのせ軽く塩・こしょうする。
 - ④その上にハム、チーズをのせ180℃～200℃のオーブンで10～20分焼く。
- ※お好みでピーマンやしめじ、ハムの代わりにベーコンを使ってもおいしいですよ♪

