

grill chicken and Spring vegetables pizza
mustard white sauce



Sakae's ouchi cafe



Sakae's ouchi cafe

Recipe

グリルチキンと春野菜の
ホワイトマスタードソースのサラダピザ

ピザの具材

- ・ピザ生地 ... 1枚(市販のもの)
- ・ピザチーズ ... 30g
- ・アボカド ... 1/4個(スライス)
- ・スティックセニョール ... 6本
- ・鶏もも肉 ... 100g
- ・塩 ... 少々(鶏肉にかける)
- ・サラダ用リーフ ... 40g
- ・ドレッシング(お好みの) ... 10g
- ・ゆで卵(黄身) ... 適量
- ・にんにく ... 1個
- ・油 ... 少々
- ・オニオンスライス ... 1/4個(まがたまねぎ)

ホワイトマスタードソース材料

- ・左ページのホワイトソース ... 60g
 - ・牛乳 ... 20g
 - ・粒マスタード(辛口) ... 10g
- すべて合わせ

作り方



① チキンソテーをつくる。
フライパンに油をひき
にんにくをカラえ、
鶏肉を皮目を下に
15分程 弱火で焼き
皮目に焼き色がついたら
裏面を下にし、しっかり
焼き。



② クッキングシートに
ピザ生地を敷き
ホワイトマスタードソース
を全体にぬる



③ ②にピザチーズ
新鮮たまねぎスライス
アボカドスライスその他
グリルかたスターで
10分焼く。
焼けたら、6等分に
カットし皿にのせる



④ ボウルにサラダ用リーフ、
スティックセニョールを入れ
ドレッシングと合わせる
食べる直前にサラダ、
チキンソテー、黄身を盛り
完成。