

# 『簡単♪ココットでかぼちゃのキッシュ』

材料(径7cmのココット4個)

かぼちゃ	120g
ベーコン又はウインナー	2枚(2本)
◎卵	Mサイズ1個
◎鶏がらスープの素	小さじ1/2
チーズ	適量
コショウ	適量



## 作り方

- ① かぼちゃ、ベーコンは5~7mm幅に切る。かぼちゃはレンジで柔らかくしておく。  
◎の材料を混ぜておく。
- ② ココットにかぼちゃ、ベーコン、合わせた◎のソースを4等分して入れる。
- ③ 更にチーズをのせて、コショウを振りオーブントースターでチーズに焼き色がつくまで焼く。