



## 4/12(火) ズコットライスケーキ

## (材料)

ごはん  
たまご  
バター  
サラダ油  
塩こしょう

- ① 薄焼き卵を焼いて、サラダ油かバターを塗ったボウルに敷く。
- ② 赤のごはん、黄色のごはん、緑のごはんを層にして詰める。
- ③ 皿をかぶせてひっくり返す。

## &lt;赤のごはん&gt;

- ・ハム、玉ねぎ、ケチャップ

## &lt;黄色のごはん&gt;

- ・ミックスベジタブル、ウインナー  
カレー粉

## &lt;緑のごはん&gt;

- ・ブロッコリー、ツナ、マヨネーズ

## &lt;赤のごはん&gt;

耐熱ボウルにご飯、ケチャップ、小さく切ったハムと玉ねぎを入れてレンジで加熱し、混ぜる。

## &lt;黄色のごはん&gt;

耐熱ボウルにご飯、カレー粉、ミックスベジタブル、小さく切ったウインナーを入れてレンジ加熱し、混ぜる。

## &lt;緑のごはん&gt;

ブロッコリーは小房に分けて柔らかめに茹でて水気を切る。ボウルにツナ、マヨネーズと共にに入れて、潰すように混ぜ合わせ、ご飯も加えて混ぜる。

★ズコット…ドーム型のケーキ。

レシピは、ゆめタウン夢彩都サービスカウンター（3階と地下1階）に置いています。  
また、NBC アプリや<インターネット><http://www.nbc-nagasaki.co.jp/>でもご覧になれます。