

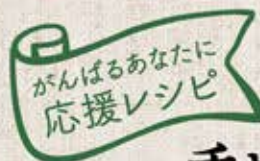
# QUEEN'S RECIPE from Instagram



カラフル野菜で  
ビタミン補給!



〈レシピ使用商品〉  
ISETAN MITSUKOSHI THE FOOD  
3種の貝の彩りミルクチャウダー



## チャウダーパイ包み

材料(1人分) (約直径10cmのココット1個分)

ISETAN MITSUKOSHITHE FOOD	塩	少々
3種の貝の彩りミルクチャウダー	こしょう	少々
……………1パック	オリーブオイル	小さじ1
冷凍パイシート	卵黄	適量
……………1枚		
ブロッコリー		
……………小房3房		
パプリカ赤・黄		
……………各1/8個		

作り方 (調理時間:約20分) (焼成する時間10~15分を除く)

- 1 ブロッコリーは塩ゆでする。
- 2 パプリカを2cm角にし、フライパンにオリーブオイルを熱して炒め、塩、こしょうをする。
- 3 3種の貝の彩りミルクチャウダーを袋の表記に従って加熱する。
- 4 ココットに3を入れて、①、②を入れる。
- 5 パイシートはココットより一回り大きいサイズにくり抜いて、ココットにかぶせる。
- 6 卵黄をハケで塗る。
- 7 200℃のオーブンで約10~15分焼く。