

7月健康おうちごはんレビュー

7月開催日：4日（水）午前、12日（木）午前



～生姜玉ねぎジャムだれ～ 生姜玉ねぎジャムのミニピザ & 茹で鶏の生姜玉ねぎジャムサラダ

生姜玉ねぎジャムのミニピザ
餃子の皮に生姜玉ねぎジャムソースをぬり、好きな具材ととろけるチ

ーズで
ミニピザの出来上がり！！
皮はサクサクで、ソースのピリ甘辛が
美味し～～～い♡♡
お酒のおつまみや、お子様のちょっとしたおやつに！



茹で鶏の生姜玉ねぎジャムサラダ

今流行のサラダチキンを手作りしました。
それをたっぷりの野菜（今回は水菜）にのせて生姜玉ねぎジャムを使ったドレッシングで頂きました。
鶏肉と野菜にピッタリ合うドレッシングで、暑い夏でもさっぱりとしていて、モリモリ食べられそう～～～！！



とろけるオニオンスープ

生姜玉ねぎジャムを使ってオニオンスープを作りました。
生姜のピリ辛と玉ねぎの甘みが程よく合ったスープにフランスパンを浸して頂きま

す。
とろける様なオニオンスープの出来上がり。

お好みで、フランスパンを後から浸しても良いかな？(^。^)

