

2025年

秋メニュー



- ・ 具たくさん！
きのこベーコンのキッシュ風
- ・ かぼちゃとリンゴのデリ風サラダ

貝だくさん！
きのこベーコンのキッシュ風



【材 料】

食パン（10枚切）	1枚
卵	1個
豆腐	80g
しめじ	40g
ハーフベーコン	2枚
ほうれん草（冷凍）	20g
粉チーズ	大さじ1
塩	ふたつまみ
粗挽き胡椒	少々

※ 冷凍ほうれん草は室温にもどします

【作り方】

- ① 食パンは1cm角に切ります。（縦横8等分）
- ② ハーフベーコンは1cm幅に切ります。
- ③ しめじは石づきをとって2～3cmに切ります。
- ④ ボウルに卵を割り入れ、豆腐と塩を入れて泡だて器でよく混ぜ、粉チーズも加えて混ぜます。
- ⑤ 食パンを加えたら、菜箸で混ぜます。
- ⑥ ベーコン・しめじ・ほうれん草を加えて混ぜます。
- ⑦ クッキングシートで器を作ります。
- ⑧ ⑥を流し入れ、形を整えたら粗びき胡椒をかけます。
- ⑨ ザ・ココットに入れて蓋をし、グリルに入れます。
- ⑩ 【ザ・ココット】のタイマー/20分に設定し、加熱します。
- ⑪ タイマー終了後、取り出したら完成です。

かぼちゃとリンゴの デリ風サラダ



【材 料】

かぼちゃ	140g～150g 程度
りんご	1/8個
クリームチーズ	1個
素焼きアーモンド	10粒
粗挽き胡椒	お好みで

【作り方】

- ① **かぼちゃ**は、わたを取って小さめの一口大に切ります。
- ② 網を敷いたLeggieroに水を入れて、①のかぼちゃを乗せて蓋をします。
- ③ コンロに乗せ、中火で点火します。蒸気が出てきたら、弱火にして**タイマー/10分**に設定します。
- ④ 消火したらボウルに取り出し、熱いうちにフォークで潰し、粗熱を取ります。
- ⑤ **アーモンド**を切ります。
- ⑥ **りんご**は皮つきのまま半分に切ります。
半分はサラダに入れるので、さらに半分にして薄くスライスします。
残りの半分は飾り用に切ります。
- ⑦ 粗熱をとったかぼちゃに**クリームチーズ**を崩しながら加え、混ぜます。
- ⑧ りんご・アーモンドを加えて混ぜます。
- ⑨ お好みで**あらびき胡椒**をかけ、飾り用のりんごを添えたら完成です。

サ ポ ー ト チ ャ ン ネ ル

料理レシピや最新機器の紹介など、暮らしに関するアイデア情報を発信しています。

めっちゃ推し料理動画

旬の食材、トレンド、とっておきの
献立、自慢の逸品など、スタッフ
おすすめのレシピを1分間でご紹介!

最新キッチン機器紹介

進化するガスコンロ・ガスオーブン
を操作性や清掃性など、わかりやすく
動画でご説明しています。

こちらから
ご覧ください!!



レシピ集

過去の料理体験会のメニュー動画、レシピをご紹介します。