

今月のレシピ  
家族で楽しく囲む  
クリスマスの食卓♪



おもてなしにも  
ピッタリ!

表紙のレシピ

ほうれん草と  
ベーコンのキッシュ

調理時間  
25分

※焼く時間を除く

1切れ分(レシピ1/8量で) \*カロリー: 107kcal \*食塩相当量: 0.5g

材料(18cmのタルト型1台分)

冷凍パイシート……………1枚	オリーブ油……………大さじ1
ほうれん草(ざく切り)…1/2束	ミニトマト(半分に切る)…4個
たまねぎ(薄切り)…1/4個	塩、粗挽き黒こしょう…各適量
CO・OP ベーコン	牛乳……………1/2カップ
(短冊切り)…3枚	たまご……………2個

1. 冷凍パイシートは半解凍にしておき(常温で15分程度)、型より少し大きめに延ばして型に敷き込み、余分な生地は切り落とす。底面にフォークで空気抜きの穴を所々に開ける。
2. フライパンにオリーブ油を熱して強火でAを炒め合わせ、塩、粗挽き黒こしょうでしっかりと味付けをする。
3. ボウルにBを入れてよく混ぜ合わせて、2を加えてさらに混ぜ合わせる。
4. 1に3を流し込み、ミニトマトをのせて200度に予熱しておいたオーブンで25分ほど焼く。

POINT

タルト型に  
バターを塗っておくと  
取り出しやすく  
なります。

パイシートの空焼き

ひと手間くわえると  
パイの食感がよくなります

工程1のあと、冷蔵庫で30分位おいてから、クッキングシートをのせ、重石(タルトストーン、なければ乾燥豆で代用)をして、180度のオーブンで20分焼き、粗熱をとっておく。

キウイツリーの  
ヨーグルトケーキ

調理時間

30分

※冷やし固める時間を除く

1人分(レシピ1/8量で) \*カロリー: 312kcal \*食塩相当量: 0.2g

材料(30×20cmのオーバルの皿1台分) ●電子レンジは600Wを使用

ビスケット…80g	CO・OP プレーンヨーグルトビフィズス…400g
バター(電子レンジで約20秒溶かす)…30g	生クリーム……………200cc
レモン汁……………大さじ2	キウイフルーツ(いちょう切り)…3個
牛乳……………200cc	いちご……………8~10粒
砂糖……………100g	いちご……………8~10粒
ゼラチン(水大さじ5でふやかす)…15g	チョコレートスティック菓子、 ミント、セルフィーユ(お好みで)…各適宜

1. ビスケットをポリ袋に入れて麺棒などで叩いて細かくし、バターを混ぜ合わせて器に敷き込み、押さえつけて平らにならす。
2. 牛乳を電子レンジで1分20秒温めてAを加え、ミキサーに入れて攪拌し、Bを加えてさらに混ぜ合わせ、1に流し入れて冷蔵庫で3時間以上冷やし固める。
3. 冷やし固めた2にキウイフルーツをツリーに見立てて盛り付け、半分にカットしたいいちご(1~2個は小角に切ってツリーに飾る)、お好みでチョコレートスティック菓子を飾り、ミント、セルフィーユを添える。

チョコレート  
スティック菓子は  
「CO・OP ビーバーくんの  
丸太チョコ」を使用しました



POINT

お好みでブルーベリーや  
製菓トッピング用ミモザ、  
アラザンなどで飾ると  
より華やかに!

みんなで楽しく  
飾りつけしよう!