

ブロッコリーのチーズマヨ焼き

材料（4人分）

- ・ブロッコリー 1株
- ・マヨネーズ 大さじ強くらい
- ・とろけるスライスチーズ 2枚



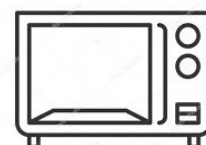
1 ブロッコリーを ^{こぶさ} ^わ 小房に分ける。



2 ^き 切ったブロッコリーを ^{あら} 洗う。



3 ブロッコリーにラップをして ^{ふんかねつ} 3分加熱する。(500~600w)



4 オープントースターで4~5分、^{ふん} ^や 焼く

チーズに ^め こげ目がつくまで。

