

たっぷりの野菜で、
食パンがごちそうに大変身。

彩り野菜のパンキッシュ



彩り野菜のパンキッシュ

- 【材料】(20×15cmの容器1台分)
- 食パン(8枚切) 3枚
 - ポークウインナー 7本
 - ミニトマト 6個
 - ブロッコリー 1/2株
 - 玉ねぎ 1/4個
 - しめじ 60g
 - バター 10g
 - 塩・こしょう 各少々
 - 卵 3個
 - A 牛乳 1/4カップ
 - ピザ用チーズ 40g
 - 塩・こしょう 各少々
 - オリーブ油 適量

【準備】
オーブンを180℃に予熱する

【作り方】

1. ウインナーは1cm幅に切る。ミニトマトは半割り、ブロッコリーは小房に分け、玉ねぎはみじん切り、しめじはほぐす。
2. フライパンにバターを溶かし、ミニトマト以外の1を炒めて塩、こしょうをふる。
3. 耐熱容器の内側にオリーブ油をぬる。食パンをめん棒でしっかりと伸ばし、容器に2枚を少し重ねながら敷き、残りの1枚は半分に切って空いているところに敷き詰める。2、ミニトマトを入れ、混ぜ合わせたAを注ぎ入れる。
4. オーブンで約30分焼く。(途中、焦げそうであればアルミ箔をかぶせて焼く)

調理時間
約50分

今月のおすすめ商品



kyotocoop ポークウインナー
(無塩せき)100g
国産豚肉を使用した細挽きタイプ。

店舗 information 毎日の食卓をゆたかに・楽しく!おいしく!

コープのお店でのお支払いは
電子マネーがお得!

10/10(土)から
★店舗で
クリスマス・
迎春予約
スタート★

10/3(土)・4(日)
くらし応援
コープの日
ポイント
5倍

お店での新型コロナウイルス
対策にご協力いただきま
してありがとうございます!
感謝の気持ちを込めて
10月の毎週(土)日は
臨時
ポイント5倍

10/1(木)・2(金)・
3(土)・15(木)
きょうまるの日
電子マネー
チャージデー!
(変更する場合があります)

10/2(金)・16(金)
中学校卒業までの
お子様がられる
登録組合員対象
子育て
応援5%引!

10/9(金)・23(金)
割引クーポン
登録組合員対象
クーポン画面ご提示で
5%引!

10/15(木)
65歳以上の
シニア登録
組合員対象
はシニアデー

発行 京都生活協同組合 発行人: 畑 忠男

〒601-8382 京都市南区吉祥院石原上川原町1-2

☎ 075-672-6304

2020年9月28日・通巻674号 再生紙を使用しています

商品・配達に関するお問い合わせやご意見など 組合員コールセンター
☎ 0120-11-2800 月~金 8:45~21:00 土 9:00~17:30 (日休)



Web
Movie
公開中!



https://www.
instagram.com
/kyotocoop/



京都生協 公式
Facebook
フェイスブック更新中!
https://www.
facebook.com
/kyotocoop

