料理名 **タケノコの香草焼き**

材料	（1人分）
タケノコ・・・・・・・・・・・・・・・・・1/4本	
（下ゆでして縦に4等分したもの）	
フルーツトマト・・・・・・・・・・・・1/2個	
ズッキーニ・・・・・・・・・・・・・・・1/8本	
マッシュルーム・・・・・・・・・・・・1個	
ホタルイカ（ホタテでも可）・・5尾	
タイム・・・・・・・・・・・・・・・・・・2本	
オリーブ油・・・・・・・・・・・・・・大さじ2	
塩・こしょう・・・・・・・・・・・・・・適宜	
パルメザンチーズ・・・・・・・・大さじ1	

作り方	
（1）	タケノコは皮から外し、ズッキーニ、フルーツトマトと共に大きめのさいの目に切る。マッシュルームは半分に、ホタルイカは目とくちばしを外しておく。
（2）	ボウルに（1）の材料を入れ塩・こしょうし、オリーブ油とパルメザンチーズを入れ混ぜ合わせる。
（3）	タケノコの皮に混ぜ合わせた材料とタイムをのせ、180度に熱したオーブンで7～8分焼き上げて出来上がり。