

サンドイッチ

◆材 料 (1人前)

卵サンド 卵 1個

ツナサンド ツナ缶100g程度

[共通]

・パン 2枚 ・コショウ 少々

・マヨネーズ 大さじ1 ・レタス 1枚

・パラミノ 小さじ1

◆作り方

【卵サンド】

①ゆで卵をつくりつぶしてマヨネーズ、パラミノ、コショウを入れてよく混ぜます。

②パンにレタスと①を乗せ、パンでハサミます。

③ミミを切り落とし、半分にカットして出来上がりです。

【ツナサンド】

①ツナにマヨネーズ、パラミノ、コショウを入れてよく混ぜます。

②パンにレタスと①を乗せ、パンでハサミます。

③ミミを切り落とし、半分にカットして出来上がりです。

