

7/31(金) クルッとホッとサンド (ゆきさん)

(材料 2 本分)

- キャベツ：100g
- ウインナー（長め）：2 本
- 塩・こしょう：各適量
- サラダ油：大さじ 2
- 食パン（6 枚切り）：2 枚
- マヨネーズ：大さじ 1

ピザ用チーズ：30g

ケチャップ：適量

(付け合わせ)

サニーレタス・ミニトマト（2 等分）

・きゅうり（輪切り）など：お好みで

- ① キャベツは細切りにする。ウインナーは、3 か所くらい切り込みを入れる。
- ② フライパンにサラダ油を熱し、①のキャベツとウインナーを炒めて、塩・こしょうをふる。
- ③ 食パンは麺棒で平たくのばす。
- ④ ③の食パンの上に、マヨネーズを塗る。
- ⑤ ④の食パンの上に、②のキャベツとウインナー・ピザ用チーズ・ケチャップをのせて、端からクルッと巻き、楊枝で 2 か所ほど留める。
- ⑥ ⑤をオーブントースターで色よく焼く。
- ⑦ ⑥の楊枝を取り、半分に切って、器に盛り、付け合わせを添える。

レシピは、ゆめタウン夢彩都サービスカウンター（3階と地下1階）に置いています。
また、NBC アプリや<インターネット><http://www.nbc-nagasaki.co.jp/>でご覧いただけます。