

JA西条

第3回ときめきレシピコンテスト

入賞作品

佐伯 麻里愛さん作



## 絹かわなすのトーストサンド

### 【材料】（2人分）

- サンドイッチ用食パン…56g
  - 絹かわなす…76g
  - トマト…232g
  - チーズ…32g
  - ハム…24g
  - マーガリン…大さじ2
  - 塩…少量
  - こしょう…少量
- 《アルミホイル》

### 【作り方】

- ①食パンをオーブントースターでこんがり焼く。
- ②絹かわなすを食べやすいサイズに切る。塩とこしょうをかける。
- ③トマトを薄切りにする。
- ④フライパンで絹かわなすを焼く。
- ⑤パンにマーガリンを塗る。
- ⑥盛り付ける

