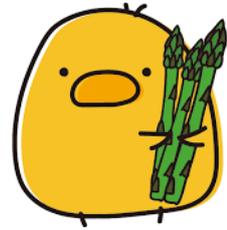


アスパラチーズトースト



材料 2人分

食パン	2枚
とろけるチーズ	2枚
マヨネーズ	適量
アスパラガス	4本
鮭フレーク	適量



作り方

- ① アスパラガスは濡らしたペーパータオルに包んで、耐熱皿にのせ、レンジで1分加熱する。粗熱がとれたら斜め切りにする。
- ② 食パンにとろけるチーズをのせる。
- ③ ②にアスパラガス、鮭フレーク、マヨネーズの順にのせ、トースターで5分焼く。