

# たけのことアスパラのトースト



材料 2 人分

|         |         |
|---------|---------|
| ゆでたけのこ  | 50g     |
| アスパラ    | 1 束     |
| コーン     | 30g     |
| 食パン     | 2 枚     |
| とろけるチーズ | 60g     |
| マヨネーズ   | 適宜      |
| 塩・こしょう  | 少々      |
| しょうゆ    | 少々      |
| かつお節    | 1/2 パック |
| すりごま    | 少々      |

作り方

- ①ゆでたけのこは薄切りに、アスパラは斜め薄切りにする。
- ②ゆでたけのこに塩・コショウ・すりごまをふってしょうゆをふりかけておく。
- ③食パンにマヨネーズを薄く塗る。
- ④③の食パンの上に②、アスパラ、コーンをのせてとろけるチーズをのせる。
- ⑤トースターに入れ加熱後とけたチーズの上に鰹節をトッピングする。

