

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。

