

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
マヨネース	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・こしょう・すりごまをふってしょうゆをふりかけておく。
- ③ 食パンにマヨネースを薄く塗る。
- ④ ③の上にゆでたけのこ・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かつお節をトッピングする。