



おいしく・健康的に 食べよう  
**Kitchen Smile**  
OFFICIAL RECIPE SITE



Copyright (C) Kansai Super Market Ltd. All Rights Reserved.



ふわっと味噌の風味が美味しい甘味噌だれを洋風メニューで

## 味噌チーズ入りホットサンド



一人あたりのエネルギー <b>192kcal</b>	食塩相当量 <b>1.5g</b>	調理時間 <b>約10分</b>
-------------------------------	----------------------	---------------------

この表示値は目安です

### ■材料 (2人分)

サンドイッチ用食パン(12枚切).....4枚  
豚肉 ミンチ.....60g  
ピザ用チーズ.....30g  
A 味噌.....大さじ1  
みりん.....小さじ1  
砂糖.....小さじ1

### ■作り方

- ①耐熱容器にミンチを入れて600Wの電子レンジで1分程度加熱し、火が通ったらAを加え混ぜ合わせる
- ②2枚の食パンにそれぞれ②とピザ用チーズをのせ、それぞれもう1枚の食パンで挟み、オーブントースターでこんがり焼く
- ③焼き上がったら食べやすい大きさに切る



スマイル  
memo

挟まずに食パンにのせるだけでも結構です。その場合は、チーズに焼き色がつくまでしっかりと焼いてください!  
椎茸などの野菜の上のせて焼いても美味しく仕上がります!

cooking memo