



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.



スライスベーコンを味わおう！ ベーコン入りなすドッグ



一人あたりのエネルギー	食塩相当量	調理時間
160kcal	0.7g	約20分

この表示値は目安です

■材料 (2人分)

えびの高原 スライスベーコン……………2枚
なす(中長)……………2本
マヨネーズ……………小さじ2
ケチャップ……………小さじ2
ピザ用チーズ……………30g
パセリ……………小さじ1

■作り方

- ①なすはヘタを切り落として縦に半分に切り込みを入れ、切り込みを軽く開いてマヨネーズ、ケチャップを塗り、ベーコンとチーズを詰める
- ②アルミホイルにのせた①をトースターに入れ、15分程度加熱する
- ③②を皿に盛り、みじん切りにしたパセリを散らす



トースターのサイズなどにより、チーズが焦げそうになる場合はアルミホイルを被せてください

cooking memo