



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.



来年のお正月は手作り洋風おせちで!

くるくるロースハム



一人あたりのエネルギー 29kcal	食塩相当量 0.4g	調理時間 約5分
------------------------------	----------------------	--------------------

この表示値は目安です

■材料 (4人分)

えびの高原 ホワイトロースハム……6枚

■作り方

- ① ホワイトロースハムの長い方に対して半分に切る
- ② 端からくるくと巻き、巻き終わりにピックを刺す
- ③ 1本のピックに②と同様にハムを3つつ指し、計4本つくる

cooking memo