



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.



えびの高原のあらびきロールステーキで あらびきロールステーキのマヨネーズ焼き



一人あたりのエネルギー	食塩相当量	調理時間
120kcal	1.1 g	約10分

この表示値は目安です

■材料 (3人分)

えびの高原 あらびきロールステーキ
.....1パック
マヨネーズ.....大さじ1・1/2
粗挽き黒こしょう.....少々

■作り方

- ① ロールステーキ1枚に対しマヨネーズを大さじ1/2ずつ塗り、トースターで5分程度焼く
- ② ①にあらびき黒こしょうをふる



スマイル
memo

・マヨネーズ+ケチャップやマヨネーズ+粒マスタードでアレンジしても美味しいです。
・パンやサラダと合わせてもおいしくいただけます！

cooking memo