



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.



えびの高原の生ハムで ロールパンサンド



一人あたりのエネルギー	食塩相当量	調理時間
301kcal	1.8g	約10分

この表示値は目安です

■材料 (2人分)

えびの高原 生ハム……………1パック
ロールパン……………4個
リーフレタス……………1枚
ゆでたまご……………1個
クリームチーズ……………30g

■作り方

- ①ロールパンに縦に切れ目を入れる
- ②生ハム、レタス、ゆでたまご、クリームチーズは4等分に切り分ける
- ③①に②を挟む
- ④同様に4つ作る

cooking memo