



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.



## 少しの工夫で愛情を伝えよう! ハート型ピザトースト



一人あたりのエネルギー <b>167kcal</b>	食塩相当量 <b>0.9g</b>	調理時間 <b>約20分</b>
-------------------------------	----------------------	---------------------

この表示値は目安です

### ■材料 (4人分)

食パン(8枚切).....4枚  
ミニトマト.....2個  
ウインナーソーセージ.....1本  
ピーマン.....1/4個  
ピザ用チーズ.....30g  
ピザ用ソース.....大さじ2  
コーン缶(ホール).....大さじ1  
爪楊枝.....8本

### ■作り方

- ①食パンを斜め半分に切り、三角形の底角を底辺の中央に向かって曲げ込みハートの形を作り、横から爪楊枝を刺し固定する
- ②①と同様に計8枚作る
- ③ミニトマトはヘタを取って輪切りに、ウインナーは輪切りに、ピーマンはヘタと種を取り除き、輪切りにする
- ④コーン缶は汁気を切る
- ⑤①にピザ用ソースを塗り、ピザ用チーズと③、④をのせ、トースターで焼き色がつくまで焼く
- ⑥爪楊枝を外し、皿に盛る

cooking memo