



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.



ランチにおすすめ!

鮭コールスローのポケットサンド



一人あたりのエネルギー 288kcal	食塩相当量 1.4g	調理時間 約10分
-------------------------------	----------------------	---------------------

この表示値は目安です

■材料 (2人分)

食パン(5枚切).....	2枚
カットキャベツ(千切り).....	120g入1袋
鮭フレーク.....	大さじ2
A コーン缶(ホール).....	大さじ2
マヨネーズ.....	大さじ2
レモン汁.....	小さじ1/2

■作り方

- ①食パンを縦半分にカットし、切り口の断面にポケット状に切り込みを入れる
- ②Aの材料を全て混ぜ合わせる
- ③①の切り込みに②を詰める

cooking memo