



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.



ハロウィンアレンジを楽しもう！ 餃子の皮でミイラウインナー



一人あたりのエネルギー	食塩相当量	調理時間
285kcal	1.2g	約15分

この表示値は目安です

■材料 (2人分)

ウインナー……………6本
餃子の皮……………6枚
サラダ油……………適量
マヨネーズ……………適量
炒りごま(黒)……………適量

■作り方

- ① 餃子の皮は5mm幅に切る
- ② ①を水に浸け、ミイラの包帯に見立ててウインナーに不規則に巻き付ける
- ③ フライパンにサラダ油を弱火で熱し、②を焼く
- ④ 器に③を並べ、マヨネーズで白目を描き、ごまで黒目を付ける

cooking memo