



### 【材料】(2人分)

フランスパン…………… 2〜3切れ  
きんぴらごぼう…………… 大さじ2  
マヨネーズ…………… 大さじ2  
ピザ用チーズ…………… 大さじ2  
パセリまたは大葉…………… 適量

パンは、食パンなど、  
何を使ってもいいんだニャ!



定番惣菜が洋風ブレッドに大変身

## シャキッと きんぴらトースト

泉区 渡辺さんの  
リメイク  
エコレシピ

【作り方】 🕒 調理時間約3〜5分

- 1 フランスパンを2つに割り、きんぴらごぼうをマヨネーズであえ、フランスパンにのせる。
- 2 ピザ用チーズをのせてオーブントースターでトーストする。
- 3 仕上げにパセリまたは好みで大葉をちらし、サンドする。

アレンジレシピでバリエーションいろいろ!

しょうゆ味のきんぴらとチーズは相性ぴったり!  
ひじきや切干し大根の煮物の残り物でもOKです。汁気を軽く切ってからのせましょう。



エコ技!!

朝ごはんのきんぴらがちょっと残ったときに、残さず使いきりアレンジ。  
和風食材が洋風トーストに変身!