

〈柿〉

『柿のオープンサンドイッチ』

☆柿と生ハムの相性が良く、クリームチーズの舌触りも良い、美味しい料理です。☆

《エネルギー量（1人分） 146kcal》

◎材料と分量（2人分）

・柿	/	1/2個	・クリームチーズ	/	10g
・生ハム	/	6枚	・サニーレタス	/	2枚
・フランスパン	/	4切れ		/	

◎作り方

- ① 柿は皮をむき、1cm厚さのくし形切りにして、生ハムを巻く。
サニーレタスは手で食べやすい大きさにちぎる。
- ② フランスパンにクリームチーズをぬり、サニーレタスをおく。
その上に生ハムで巻いた柿をのせる。

