



「サンドイッチ」をつくろう！



材料（4～5人分）

食パン…12枚
 卵…2個
 レタス…2枚
 きゅうり…半分
 トマト…半個
 ハム…2枚
 マーガリン…少々
 マヨネーズ…少々

材料（1人分）

食パン…6枚
 卵…1個
 レタス…1枚
 きゅうり…1/4本
 トマト…1/4個
 ハム…1枚
 マーガリン…少々
 マヨネーズ…少々

作 り 方

1	卵を鍋に入れ、水を入れて15分間ゆでる。
2	食パンの片面にマーガリンをぬる。
3	レタス、きゅうり、トマトを洗って適当な大きさに切る。
4	ゆで卵ができたら、からをむき、みじん切りにする。
	マヨネーズを混ぜる。
5	卵をパンにはさむ。
6	きゅうりとハムをパンにはさみ、マヨネーズをぬる。
7	レタスとトマトをパンにはさみ、マヨネーズをぬる。
8	5、6、7ではさんだサンドイッチにお皿でおもしをして、なじませる。
9	三角に切りもりつける。