

【献立名】

いちごのサラダ巻き

【料理名】

| 材 料 | 分 量 (1人分) |
|-------------------|-----------|
| のり | 1枚 |
| アボカド | 1/2個 |
| 卵焼 | |
| チーズ (ベビーチーズなど) | 2個 |
| きゅうり | 1/3個 |
| イチゴ | 3個 |
| ごはん (酢飯) | 1人分 |
| マヨネーズ | 適量 |
| 白ごま | 適量 |

A

【作り方】

- 1 のりにごはん (酢飯) を敷く
- 2 **A**の具材は全て細長く切り1の上に並べて巻く
- 3 切り分けて、お好みでマヨネーズと白ごまをかけて食べる
(※しょうゆ、わさび等をつけても)
(※いたみやすい為お早めにお召し上がりください)

