

アボカドトマトカップ



調理時間

10分

カロリー

111kcal/人

材料

(4人分)

アボカド 1個

トマト 1個

ワンタンの皮 8枚

「Toss Sala®」サラダチキンとサニーレ
タスの甘辛ごまサラダ用 1袋

作り方

- 1 アボカドとトマトは1cm角に切り、「Toss Sala®」と混ぜる。
- 2 ワンタンの皮をアルミカップに入れて器の形に整える。
- 3 グリルプレートに(2)をアルミカップごと並べ、グリルに入れる。「グリルプレート・タイマー 設定4分」にセットして加熱する。
- 4 焼き上がったらワンタンの皮をアルミカップから取り出し、(1)を盛る。

アルミカップにワンタンの皮を敷き、グリルプレートに並べます。グリルなら高温で早く、カリッと焼き上げます。

AJINOMOTO CO. × Rinnaiコラボレシピ 食べられるカップにフレッシュなサラダをIN!

監修 AJINOMOTO CO.