かんたんライスサンド



調理時間	約15分
カロリー	286kcal

材料	(2人分)
ピーマンとパプリカのきんぴら	160g
ごはん	200g
マヨネーズ	適量
白ゴマ	大さじ1/2

作り方

1. ごはんに白ゴマを混ぜ合わせ、4等分にし、丸く平らに広げる。
2. (1)をクッキングプレートにのせてグリルに入れ、両面焼グリルを点火し、上火強、下火強で10分焼く。
3. (2)の2枚に「ピーマンとパプリカのきんぴら」を半量ずつのせ、マヨネーズをかけ残りの2枚をのせてはさむ。

手づくりでお店の味を楽しんでみましょう。