



パン屋さん直伝！ 野菜が主役

農家サンドイッチ

【作り方】

①野菜を切る

トマトは輪切り、Aは細切り、キャベツは千切り、レタスは食べやすい大きさに

②パンの上に乗せる

チーズ⇒トマト⇒A(縦に)の順のせたら、ドレッシングを上と下に並行にかけ、紫キャベツ・レタス、最後にハムをのせ、パンではさむ

③紙で包み、カットして完成！

パンを90度回転させながら紙の上に乗せ、上下を折って重なる部分をテープで留める。左右もキャラメル包みにしてテープで留め、真ん中を紙ごと縦にカットすれば完成！

【材料】 ※野菜はお好みのものを適量

- ・食パン
- ・かぶ ・にんじん ・きゅうり (=A)
- ・トマト
- ・紫キャベツ
- ・レタス
- ・チーズ
- ・ハム
- ・マヨネーズなど粘度があるドレッシング