

## 主食 「長ねぎのじゃこマヨトースト」

### <材料(2人分)>

食パン(5枚切)	2枚
長ねぎ	1/2本
ちりめんじゃこ	5g
マヨネーズ	大さじ2

### 🌸作り方🌸

- ① 長ねぎを薄い斜め切りにする。
  - ② 食パンに長ねぎをのせ、マヨネーズをかけてちりめんじゃこをちらす。
  - ③ オーブントースターで軽く焦げめがつくまで焼く。
- ※ トマトケチャップ、チーズ、黒こしょう等をのせてもよい。