

# 「もったいないレシピ」 で食品をつかいきろう！

あまった  
カップスープの素と  
水煮ミックスビーンズを  
活用！



## コーンスープがかくし味！ ビーンズサンドイッチ



材料(2~3人分)

ミックスビーンズ(水煮)	1袋 (約145g)
サンドイッチ用食パン	6枚
★コーンポタージュの素	1袋 (約23g)
★マヨネーズ	20g
★黒こしょう	少々



大豆やグリーン  
ピースの水煮で  
もOK！

## つくりかた

1. ミックスビーンズを袋の上から潰す(なるべく形が残らないように)
2. ボウルに1と★の調味料を入れ混ぜる
3. パンに2をはさむ
4. 3に皿などで重しをして10分置く
5. 4をそれぞれ4等分に切る



できあがり！

