

「もったいないレシピ」

で食品をつかいきろう！

あまった
インスタントみそ汁
の素を活用！

みそでこくうま！

たまごサンドイッチ



材料(2人分)

インスタントみそ汁の素	1袋 (約18g)
サンドイッチ用食パン	4枚
卵	3個
酒	大さじ1
油	大さじ1/2
からし(お好みで)	小さじ1/5



お子さんには
からしの代わりに
マヨネーズでも！

つくricat

1. ボールで卵をときほぐし、酒・みそ汁の素を入れて混ぜる
2. 油をひいたフライパンで卵焼きをつくる
3. 卵焼きを4等分に切り、片面にからしをぬったパンにはさむ
4. 皿などで重しをして10分置く
5. ひとつを4等分に切り、残りも同じように切る



できあがり！

