



超熟® ライ麦入りでつくる
ツナごまオープンサンド



材料 2人分

ツナ缶 140g
 マヨネーズ 大さじ2
 きゅうり 2本
 黒ごま 小さじ1
 超熟®ライ麦入り 2枚
 塗る用バター 20g

作り方

- ① ツナ缶の油を切り、マヨネーズと混ぜ合わせる。
- ② きゅうりは縦に薄切りにする。
- ③ 「超熟®ライ麦入り」にバターを塗り、①②をのせ、黒ごまをちらす。