



国産小麦と十六穀食パンでつくる  
たまごサンド



材料 2人分

- 国産小麦と十六穀食パン ……2枚
- 卵 ……3個
- [ A ]
- 砂糖 ……小さじ2
- 塩 ……小さじ1/3
- 和風だし ……小さじ1/3
- バター ……大さじ1
- からし ……小さじ1/2
- 油 ……適量

作り方

- ① ボウルに卵を割り入れ、[A]を入れて混ぜ合わせる。
- ② フライパンに油を入れて中火にかけ、①を流し入れる。箸で混ぜ合わせながら焼き、全体に火が通ったら、半分に折りたたむ。
- ③ バターとからしを混ぜ、「国産小麦と十六穀食パン」にぬる。②をのせてサンドイッチにし、好みの形に切る。