



【きゅうりの和風サンド】



日高孝貴(ひだか・こうき)さん

材料 (2人分)

きゅうり	2本 (200g)	マーガリン	大さじ1
食パン(八ツ切り)	4枚	合わせみそ	小さじ2
スライスチーズ	2枚	砂糖	小さじ1
マヨネーズ	大さじ4	塩	みつまみ

手順

- (1) きゅうりは2本つかう。2本ともヘタをとり、1本は薄切りに、もう1本はみじん切りにする。
- (2) みじん切りにしたきゅうりは、塩もみして5分程おき、水気をきる。
- (3) 和風ソースを作る。
ボウルにマヨネーズ、合わせみそ、砂糖、みじん切りにしたきゅうりを入れ、混ぜ合わせる。
- (4) 食パンにマーガリンを塗り、和風ソースをのせる。そこにチーズ、薄切りにしたきゅうり、和風ソースをのせる。もう1枚の食パンでサンドして、半分に切って完成。