

Ham

焼くだけ
のせるだけのおやつ



カロリー総量 292kcal
塩分 0.9g
(1人分)

生ハムのミニサラダピザ

材 料	生ハム	6枚	ミニトマト	6個
[2人分]	餃子の皮	12枚	マヨネーズ、塩、オリーブオイル	各適宜
	ベビーリーフ	適宜		

- 作り方**
- ① 生ハムは半分に切り、ミニトマトは縦に4つ割りにする。
 - ② 餃子の皮は縁に水をつけ、2枚ずつ重ねて縁をつまんで留める。竹串で数カ所刺し、マヨネーズを塗ってトースターでこんがりするまで3～4分焼く。
 - ③ 生ハム、ミニトマト、ベビーリーフを②に等分のにせて、オリーブオイル、塩をふる。