

Sausage & Ham



親子で挑戦
ハムソーゼはん

カロリー総量 338kcal
塩分 2.4g
(1本)

カレーキャベツのホットドッグ

材 料	ソーセージ (ロングサイズ) …… 2 本	キャベツ …… 2 枚
[2人分]	ロースハム …… 3 枚	カレー粉 …… 小さじ1/4
	ホットドッグ用パン …… 2 個	サラダ油 塩 バター トマトケチャップ

- 作り方**
- ①ハムは幅1cmに切る。キャベツは千切りにする。
 - ②フライパンにサラダ油大さじ 1/2 を中火で熱し、①を炒める。しんなりしたら、カレー粉、塩ひとつまみを加えて炒める。
 - ③パンの切り口にバター適宜を塗り、②、ソーセージをはさむ。アルミホイルで包み、トースターで6～7分ほど焼く。好みにケチャップ適宜をかける。