アボカドとエビのトーストサンド



調理時間	35分
カロリー	346kcal

材料	(2人分)
胚芽パン	4枚
辛子バター	適量
海老	4尾
塩	少々
酒	少々
アボカド	1/2個
ゆで卵	1個
塩・こしょう	各少々
マヨネーズ	適量
トマト	適宜
レモン	適宜
イタリアンパセリ	適宜

作り方

1. 胚芽パンに辛子バターを塗る。
2. 海老は背わたを取って、塩と酒を入れてゆで、冷めたら殻をむいておく。
3. アボカド、ゆで卵は薄く切る。
4. (1)のパンに(2)、(3)を並べ、塩・こしょうをしてマヨネーズをしぼる。
5. グリルプレートに(4)を並べ、グリルに入れる。
6. 「グリルプレート」モードを選択し、タイマーを４分に設定して点火する。
7. 器に盛り、トマト、レモン、イタリアンパセリを添える。

色鮮やかなオープンサンドです。素敵な朝の時間に。