

BLT ワンパンサンド



★材料（2人分）

材 料 名	切 り 方	分 量
食パン	横半分に切る	2枚
バター		5 g
卵		2個
ベーコン		2枚
トマト	スライス	1 / 2個
レタス	A 食べやすい大きさ	2枚
スライスチーズ		2枚
マヨネーズ		適量

★作り方

1

中火で熱したフライパンで
ベーコンを焼いて取り出す。

2

1のフライパンにバターを
溶かして卵を薄焼きに焼く。
その上にパン1枚分を乗せる。

3

2を裏返し、パンに焼き目が
付いたら火を消す。

4

3の下半分に A を乗せる。
上半分のパンを被せて挟む。