

ポーランドの
オープンサンド



カナペツキビオセンナ



カナペツキは「サンドイッチ」、ビオセンナは「ちりばめた」という意味で、オープンサンドイッチのような料理です

<4人分>

食パン 8枚切り	1袋
A	スライスチーズ(1/4カット) 2枚
	ミディトマト(スライス) 4個
	きゅうり(ななめスライス) 1/2本
B	薄焼き卵(1/8カット) 1枚
	ハム(1/4カット) 4枚
	マヨネーズ 適量
C	ツナ(缶詰) 1缶
	きゅうり(粗みじん) 1/2本
	マヨネーズ 適量
	こしょう 少々
D	クリームチーズ 100g
	ジャム(お好みの) 40g

作り方

- ①食パンを 1/4 に切る
- ②Aの材料をそれぞれ切り、①にのせる
- ③Bの薄焼き卵を作る
- ④③とBのハムを切って、①にマヨネーズをぬり、のせる
- ⑤Cのツナの水をきり、きゅうりを切る
- ⑥⑤をCのマヨネーズとこしょうで和え、①にのせる
- ⑦①にDのクリームチーズをぬり、ジャムをのせる
- ⑧4種類を皿に盛りつけて、完成

ポイント

材料に決まりはないので、好きなパンに好きな材料をのせて、作ってください！

