

えびタップリカツサンド



《 作り方 》

調理時間は約15分です。

- ① 約175℃に熱した油で、RKCえびカツを約7分間油調し、中濃ソースを付けて縦半分にかットする。
- ② 冷凍の食パン(6枚切)を自然解凍し、表面にマヨネーズを塗り、グリーンリーフを乗せ、えびカツを少し離して並べる。
- ③ えびカツの間に玉子サラダを置き食パンでサンドする。(食パンにはマヨネーズを塗る事。)
- ④ 食パンの耳をカットし、えびカツに向かって横に2～3等分にカットしてトレーに盛り付ける。
- ⑤ 最後にパセリを乗つけて完成です。

《 材料 : 1人分 》

	メーカー名	商品名	規格	分量	単価
具材	※ テーブルマーク	冷凍食パン8枚切(2枚P)	1 P	2 枚	64 円
	※ テーブルマーク	RKCえびカツ	70 g	1 個	165 円
	※ ケンコーマヨネーズ	ニュータマゴサラダ	1 kg	30 g	30 円
	※ ユーキフーズ	グリーンリーフ	300 g	5 g	20 円
ソース	※ ユーキフーズ	パセリ	50 g	1 g	5 円
	※ ブルドック	中濃ソース	1.8 L	少々	20 円
	※ ケンコーマヨネーズ	欧風マヨネーズ	1 kg	30 g	14 円

栄養分析表

(参考数値です。分量・調理方法により変動します。)

熱量	276 kcal
水分	48.2 g
蛋白質	8.3 g
脂質	14.9 g
炭水化物	27 g
灰分	1.7 g
ナトリウム	486 mg

※ は弊社で供給できるアイテムです。

上記分量はあくまでも目安です。製造する食数に合わせて調整して下さい。
又、具材を変える事でいろいろなパターンをお楽しみ下さい。

