

みんなの大好きメニュー！

ツナカレードッグ

作 り 方

- 1 小型ロールパンは縦に切れ目を入れておく。
- 2 キャベツは太めの千切りにする。
- 3 キャベツとツナを合わせて炒める。
- 4 キャベツに火が通ったらカレー粉を加える。
- 5 食塩で味を調え、パンにはさむ。

※ カレー粉は味を見ながら調節してください。

※ ツナの余分な油は切って調節してください



材 料 (2本分)

小型ロールパン 2本
ツナフレーク 小1/2缶
キャベツ 50g
カレー粉 小さじ1/4
食塩 少々