



マルナカ

8月のカンタンおすすめメニュー

Let's Do the Cooking!

クロック・ムッシューとクロックマダム

～パリのサンジェルマン通りの人気メニュー！たっぷりの野菜といっしょに！～



エネルギー

367kcal
(1人分)

塩分

2.4g
(1人分)

調理時間

10分

＜材料＞4人分

- 食パン(6枚切り)……………4枚
- 塗り用バター……………大さじ1
- ①クロックムッシュ
 - スライスチーズ……………2枚
 - ロースハム……………2枚
- ②クロックマダム
 - スライスチーズ……………2枚
 - 卵……………2個
 - ベーコン……………2枚
 - 塩、こしょう……………少々
- ベビーリーフ……………1パック
- ミニトマト……………5個
- ドレッシング

＜作り方＞

- ①食パンを広げ、バターをぬり、①はスライスチーズ、ロースハムをのせる。
- ②食パンを広げ、バターをぬり、②はスライスチーズ、半分に切ったベーコンをのせベーコンの間に生卵を入れ、軽く塩こしょうする。
- ③オーブントースターで①と②を並べ焼く。
- ④器に③をのせ、周りにドレッシングで和えたベビーリーフとミニトマトをのせる。

<http://www.marunaka.net>