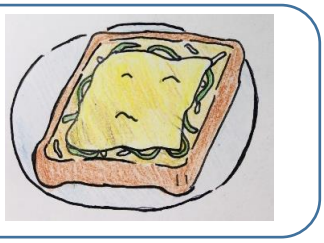
じゃこぴートースト



材料　（4人分）

・食パン　・・・４枚
・しらす　・・・４０ｇ
・ピーマン　・・・１個
・ケチャップ　・・・大４
・とろけるスライスチーズ　・・・４枚

作り方

①ピーマンは細切りにする。
②食パンにケチャップを塗り、ピーマン、じゃこ、とろけるスライスチーズをのせる。
③トースターで焼く。