



トマトたっぷり ミートピザトースト



調理時間
約 10 分

1人あたり
カロリー
229.5
kcal

※写真はイメージです。

トマトたっぷり ミートピザトースト

●調理時間/約10分 ●カロリー/229.5kcal(1人あたり)



【材料2人分】

食パン6枚切り……………2枚
ミートソース……………1パック
ミニトマト……………8個

ピーマン……………2個
ピザ用チーズ……………40g
パセリ……………少々

【作り方】

- 1.ミニトマトは半分に、ピーマンは輪切りにする。
- 2.食パンにミートソースを塗り、ミニトマトとピーマンをのせる。
- 3.チーズを全体にかけて、トースターでチーズがこんがり焼けるまで2～4分焼く。
- 4.仕上げにパセリをちらす。