



材料 2人分

サンドイッチパン	8枚
たまご	3個
玉ねぎのみじん切り	1/2個分
マヨネーズ	50g
塩	小さじ1/3
バター(パンに塗る分)	適量
パセリ	少々

調理時間 25分 ※茹でたまごの時間を含む

作り方

1. 茹でたまごを作ります。鍋にたまごと水を入れて火にかけます。沸騰したら火を弱めて11分茹でます。冷水に取り冷ましてから殻をむきます。
2. 玉ねぎは粗くみじん切りにして、水にさらしてから布巾できつく絞ります。茹でたまごは白身と黄身に分けて、それぞれ細かく切ります。
3. ボウルに茹でたまご、玉ねぎのみじん切り、マヨネーズ、塩を入れてよく混ぜます。



4. サンドイッチパンに薄くバターを塗り3.
を乗せてのばします。

食べやすい大きさに切り、お皿に盛り、パ
セリを飾ります。



アドバイス

◎シンプルなサンドイッチですが、玉ねぎのシャキシャキの食感が食欲をそそります。残った卵の具は冷蔵庫に入れて翌日パンに塗って食べてください。