

トマトたっぷりサンドイッチ



材料	分量（2人分）
食パン（8枚切り）	4枚
バター	適量
☆そらのトマト（スカイファーム）	2～3個
きゅうり	1/2本
レタス	2枚
ハム	4枚

※☆が付いている材料が仁淀川町の食材です。

～ 作り方 ～

- ① トマトは洗って1 cmほどの厚さにスライスし、ペーパーにはさみ水気をふきとっておく。
レタスは洗って水気を切り、ちぎっておく。
きゅうりは洗ってヘタをとり、ななめ薄切りにする。
- ② 食パンの片面にバターをぬり、ハム・レタス・きゅうり・トマト・残りのパンをのせる。
- ③ ラップできつめに包み、ラップごと食べやすく切る。
ラップを外して器に盛りつけて完成。

