

【ホットドッグの作り方】

(500Wの場合)

①キャベツは洗って丸める。

②キッチンばさみで1cmに切る。



③レンジ容器に入れて塩コショウをかける。

④蓋をして1分加熱する。



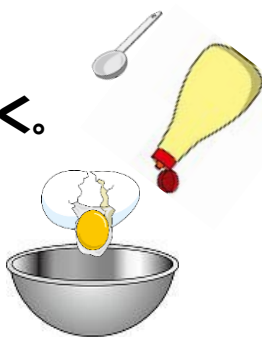
⑤ウインナーソーセージはテーブルナイフで斜めに切り込みを入れる。



⑥レンジ容器のキャベツの上にウインナーソーセージを入れる。

⑦蓋をして、1分加熱して皿に取っておく。

⑧卵は洗って割る。



⑨そこに牛乳を大さじ1入れる。

⑩マヨネーズも大さじ1入れてよく混ぜる。

⑪レンジ容器に入れ、蓋をして2分加熱する。

⑫器にラップを敷いて取り出す。

⑬丸めて器に入れたまま1分加熱する。

⑭パンは2つとも下1cm残して縦に切り込みを入れる。

⑮ケチャップと好みに粒マスタードを塗る。

⑯パンにキャベツとウインナーソーセージを挟む。

⑰もう一つのパンに卵を挟む。

⑱上からケチャップと好みに粒マスタードをかける。

⑲それぞれをラップで包む。

