

～フィッシュソーセージ（msc認証）を使ったレシピ～

## ●ピザトースト



【材料】＜1人分＞

- 食パン5枚切…1枚
- フィッシュソーセージ…1/3本
- ピーマン…1/2個
- 玉ねぎ…1/8個
- ミニトマト…1～2個
- ミックスチーズ30g
- ピザソース…大さじ1

【作り方】

1. 玉ねぎは薄切りに、次にフィッシュソーセージ、ミニトマト、ピーマンは薄い輪切りに切る。
2. パンにピザソースを塗り①の材料を順番に乗せる。
3. 最後にチーズを乗せてトースターで焦げ目がつくまで焼く。

## ●サラダ



【材料】＜4人分＞

- フィッシュソーセージ…1本
- きゅうり…1個
- トマト…1個
- ベビーチーズ…3個
- ブロッコリー（冷凍）…半量
- サラダ豆…1袋

【作り方】

1. ブロッコリーを解凍して冷ましておく。
2. フィッシュソーセージ、きゅうり、トマト、チーズを角切にする。
3. ①、②の材料とサラダ豆をボウルに入れ、軽く混ぜる。
4. お皿に盛り付け、お好みのドレッシングをかける。

