

ROSEN'S RECIPE
ローゼンおすすめメニュー

アボカドとサラダチキンと ハムのラップサラダ

調理時間

10分

1人分

498kcal



※写真はイメージです。

冬の旬食材



アボカド

+

使ったのはコレ!



キュービー
Italiante
バジルソース



サラダクラブ
10品目のサラダ
レタスやパプリカ



つくり方は
こちら!

アボカドとサラダチキンとハムのラップサラダ

材料/2人分

トルティーヤ	2枚
ポテトサラダ(市販品)	120g
アボカド	1/2個
サラダクラブ 10品目のサラダ レタスやパプリカ	40g
ハム	4枚
サラダチキン	50g
スライスチーズ	2枚
マヨネーズ	大さじ2
キューピー Italiante バジルソース	小さじ2

作り方

- ①アボカドとサラダチキンは1cm角の棒状に切る。
- ②スライスチーズは半分に切る。
- ③トルティーヤは袋の表示通りに熱し、1枚にハム、②、ポテトサラダ、①の各半量をのせ、マヨネーズ大さじ1と「キューピー Italiante バジルソース」小さじ1をかける。
- ④③に「サラダクラブ 10品目のサラダ レタスやパプリカ」の半量をのせて巻き、半分に切る。同様にもう1個作る。