

パンフキンサンド



ハムやレタスをはさんでもおいしい♪

- ① 冷凍カボチャ（2～3個）をレンジで温める。
- ② ①のカボチャをつぶし、マヨネーズ、塩、こしょうを加えて混ぜる。
- ③ ロールパンにはさめば完成！！

