

麵包壽司

材料：(份量：4卷)

海苔 (包壽司用，整張 19 × 21 公分) 4 張
三明治麵包 16 片，去邊
紅蘿蔔 50 克，洗淨，切條
四季豆 40 克，洗淨
素火腿 50 克，切條
美乃滋 適量
烤過白芝麻 少許

做法：

- 將紅蘿蔔、四季豆川燙至熟，素火腿煎熟。
- 在海苔上塗抹一層薄薄的美乃滋。
- 放上 4 片去邊的麵包，麵包上前後兩端再塗一層薄薄的美乃滋。
- 麵包中間放上熟的紅蘿蔔、四季豆、及素火腿。
- 將麵包和海苔一起用力捲，捲到底後再捏緊。
- 捲好的麵包壽司外層塗上薄薄的美乃滋，沾上白芝麻。
- 切塊，擺盤，即可享用。