

コーンのロールキャベツ



【材料】	【4～5人分】
キャベツ	大5枚
ベーコン	3枚
ホールコーン	30g
バター	大さじ1
塩	適量

【作り方】

- ① キャベツは洗って、水気をきらずにラップで包み、電子レンジで加熱する。(600W・1分30秒)その後、塩をふりかけて冷ます。
- ② ベーコンは細切りにし、ホールコーンと一緒に耐熱容器に入れ、バターをのせる。電子レンジで加熱(600W・40～50秒)してよく混ぜる。
- ③ キャベツを広げて、②をのせ、ロールキャベツを作る要領で巻く。食べやすい大きさに切る。