

コーンマヨチーズのピーマンカップ



材 料(1人分)

ピーマン・・・	1 個
ホールコーン缶・・・	3 0 g
マヨネーズ・・・	小さじ 1 (4 g)
とろけるスライスチーズ・・・	1 / 2 (7 g)