

# LITHON



LITHON ホームページ  
<http://www.lithon.co.jp>

LITHON ホームページ / 7DAYS サンドメーカー  
<https://www.lithon.co.jp/product/cooking/kdhs015>



LITHON インスタグラム  
[https://www.instagram.com/lithon\\_corp](https://www.instagram.com/lithon_corp)



プロのオリジナルレシピが満載♪  
続々更新中!!

ライソン製品のお役立ち情報サイト「ライソンライフ」

Lithon Life

lithon.info



お客様サービスセンター

TEL : 06-6789-1199 [月~金 (祝日除く) 10時~16時]  
E-mail : ホームページアドレス <http://www.lithon.co.jp/contact-common>

販売元 ラyson株式会社 〒577-0034 大阪府東大阪市御厨南 2-1-33

# RECIPE BOOK

## 7DAYS SANDWICH MAKER



7DAYS サンドメーカー レシピブック

## RECIPES レシピ

- P.4 スпамとチーズのホットサンド
- P.5 タコスミートホットサンド
- P.6 焼きおにぎり
- P.7 焼きおにぎり茶漬け
- P.8 プチケーキサレ
- P.9 ベリーソースのワッフル
- P.10 フルーツパンケーキ
- P.11 プレーン&チョコ 焼きドーナツ

# 7 Days Sandwich

### 食材を焼く前に予熱をしてください

本体のフタを閉じて、電源プラグをコンセントにしっかりと差込んでください。  
ランプ(緑)(赤)が点灯し予熱を開始します。  
本体を閉じた状態のまま、プレートが熱くなるまでしばらくお待ちください。  
ランプ(緑)が消灯すれば、予熱が完了し使用可能です。



## スパムとチーズのホットサンド



### 材料 (1~2人分)

- 食パン (6枚切り) … 2枚
- スパム … 1枚
- スライスチェダーチーズ … 1枚
- アボカド … 1/2個
- からしマヨネーズ … 適量

### 作り方

- ① 食パンの片面にからしマヨネーズを塗っておく。
- ② 温めたプレートに食パンを乗せ、スパム、チェダーチーズ、スライスしたアボカドを重ねて食パンで挟む。
- ③ 2分30秒ほど加熱したらフタを開けて取り出し、中央でカットしたらできあがり。



## タコスミートホットサンド



### 材料 (1~2人分)

- 食パン(6枚切り・耳はカットする) … 2枚
- 合い挽き肉 … 50g
- 玉ねぎ(みじん切り) … 1/8個
- ニンニク(みじん切り) … 小さじ1/2
- オリーブオイル … 中さじ1
- 塩 … 少々
- こしょう … 少々
- ☆チリパウダー … 小さじ1/2
- ☆ケチャップ … 中さじ1
- ☆ウスターソース … 小さじ1
- マヨネーズ … 中さじ1
- 紫キャベツ(千切り) … 25g
- プロセスチーズ … 10g

### 作り方

- ① フライパンにオリーブオイルを熱し、ニンニクと玉ねぎを入れてしんなりするまで炒める。
- ② ①に合い挽き肉を入れて炒め、色が変わったら☆を入れて汁気がなくなるまで炒め塩こしょうで味を整える。
- ③ 温めたプレートに食パンをセットし、表面にマヨネーズを塗る。
- ④ ③に紫キャベツ、②、プロセスチーズを乗せ、パンで挟んでフタをする。
- ⑤ 2分30秒ほど加熱後、フタを開けて取り出し、中央の焼き目に沿ってカットしたらできあがり。



## 焼きおにぎり

### 材料(大2個・小2個分)

- ・ 温かいご飯 … 240g
- ☆ 濃口醤油 … 中さじ1
- ☆ みりん … 中さじ1
- ☆ おかか … 30g
- ・ 白ゴマ … 小さじ1
- ・ 醤油 … 小さじ1

### 作り方

- ① 温かいご飯に☆を加えよく混ぜる。
- ② ①を100g×2個、20g×2個に分け大小のおにぎりを握り白ゴマをまぶす。
- ③ 温めたプレートの型に②を配置してフタをし、4分ほど加熱する。
- ④ フタを開け、焦げ目がついたら両面に醤油を塗り、もう1度フタをし、更に2分ほど加熱する。
- ⑤ フタを開け、両面に醤油を塗ってできあがり。



## 焼きおにぎり茶漬け

### 材料(2人分)

- ・ 焼きおにぎり … 大小各2個
- ・ 梅干し … 2個
- ・ 三つ葉 … 適量
- ・ 熱いお湯 … 適量

焼きおにぎりを  
さらにアレンジ!  
夜食にもぴったり♪

### 作り方

- ① 2つの深い器に焼きおにぎりを入れ、梅干し、三つ葉を添える。
- ② 熱いお湯を注いだら、できあがり。





## プチケーキサレ

### 材料 (48個分)

- ※ホットケーキミックス … 150g
- ※卵 … 1個
- ※牛乳 … 100cc
- ☆ベーコン … 30g
- ☆赤パプリカ … 30g
- ☆茹でたほうれん草 … 30g
- ☆プロセスチーズ … 40g
- オリーブオイル … 適量

市販の絞り袋を使用すると  
素早くきれいに生地を  
流し込めます



### 作り方

- ① ※を全て混ぜて生地を作る。
- ② ☆をそれぞれ 5mm 角にカットする。
- ③ 温めたプレートにオリーブオイルを塗り、②をバランス良く入れる。
- ④ ③に①を流し入れる。
- ⑤ フタをして3分30秒ほど加熱したらフタを開けて取り出し、器に盛りつけてできあがり。



## ベリーソースのワッフル

### 材料 (3枚分)

- ※ホットケーキミックス … 150g
- ※卵 … 1個
- ※水 … 100cc
- ラズベリーソース … 適量
- バナナ … 1本
- ホイップクリーム … 適量
- ミントの葉 … 適量
- アーモンドスライス … 適量
- バニラアイス … 適量

### 作り方

- ① ※を全て混ぜて生地を作り、1/3の量を温めたプレートに流し入れフタをして2分30秒ほど加熱し取り出す。残りの生地も同様に焼く。
- ② ①を4等分にカットし、ラズベリーソースを敷いたお皿に盛りつける。
- ③ バナナを食べやすい大きさにカットして②に乗せる。
- ④ ③にバニラアイス、ホイップクリーム、ミントを添え、アーモンドスライスを散らしてできあがり。





## フルーツパンケーキ



### 材料 (3枚分)

- ※ホットケーキミックス … 150g
- ※卵 … 1個
- ※牛乳 … 100cc
- ホイップクリーム … 適量
- いちご(カットする) … 適量
- ブルーベリー … 適量
- ミントの葉 … 適量
- はちみつ … 適量

### 作り方

- ① ※を全て混ぜて生地を作り、1/3の量を温めたプレートに流し入れ、フタをして5分ほど加熱し、取り出す。
- ② ①の手順で3枚焼く。
- ③ お皿にパンケーキ1枚を乗せ、ホイップクリーム、いちご、ブルーベリーをバランスよく盛りつける。
- ④ ③の手順を繰り返し上に重ねる。
- ⑤ 仕上げにミントの葉を乗せ、はちみつを添えたらできあがり。

## プレーン&チョコ焼きドーナツ



### 材料 (プレーン20個・チョコ20個分)

- |   |  |
|---|--|
| <p>&lt;プレーンドーナツ&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>※ホットケーキミックス … 150g</li> <li>※卵 … 1個</li> <li>※水 … 100cc</li> <li>• 粉砂糖 … 適量</li> </ul> | <p>&lt;チョコドーナツ&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◎ホットケーキミックス … 150g</li> <li>◎卵 … 1個</li> <li>◎砂糖 … 中さじ1</li> <li>◎ココアパウダー … 20g</li> <li>◎水 … 100cc</li> </ul> |
|---|--|

- ☆板チョコ … 20g
- ☆バター … 10g
- チョコランチ … 適量

### 作り方

- ① プレーンドーナツ用(※)、チョコドーナツ用(◎)の材料を2つのボウルでそれぞれ混ぜて生地を作る。
- ② 温めたプレートの型に①の生地を流し入れ、フタをして2分30秒ほど加熱し取り出す。
- ③ ☆を合わせてレンジで加熱しチョコレートソースを作る。
- ④ プレーンドーナツに粉砂糖をふるいかける。
- ⑤ チョコドーナツに③をつけ、固まる前にチョコランチをトッピングしてできあがり。

