



レシピ 2

スクランブルエッグ

【材料】(1人分)

卵・・・・・・・・・・・・・・・・・・1こ  
牛乳・・・・・・・・・・・・・・・・・・10ml  
バター・・・・・・・・・・・・・・・・・・4g  
油・・・・・・・・・・・・・・・・・・2g  
塩・・・・・・・・・・・・・・・・・・0.5g  
こしょう・・・・・・・・・・・・・・・・・・少し  
ミニトマト・・・・・・・・・・・・・・・・・・2こ  
レタス・・・・・・・・・・・・・・・・・・30g

【作り方】

卵、牛乳、塩、こしょうをよく混ぜ合わせる。  
フライパンをあたためてから油を入れ、全体に  
いきわたさせる。  
バターを入れる。  
の卵を入れ、かき混ぜながら熟する。

