



たまごキャンペーン



たまごを使ったメニュー 作ってみよう！！

<手作り 伊達巻>

材料：たまご 6個 はんぺん大1枚 砂糖 大さじ3 酒 大さじ1 みりん 大さじ1
醤油 小さじ1 塩 少々

- 作り方：①材料をすべて、フードプロセッサーに入れ混ぜる。(ない方はすり鉢で混ぜる)
②蓋つきのフライパン又は大きめの卵焼き器を温め、全体に油をぬる
③①を流し込み蓋をして、中火の弱めで12分～15分焼く。
④鬼巻きす(なければ巻きす)に焦げ目を上に置き、きつく巻きあげ 輪ゴムで左右
2箇所を止めてボウル等に立ててさます。
※ 立てて冷ますのは、余分な水分をのがすため。



<ふわふわとろけるオムレツ>

レッツ トライ～！

材料(1人分)：たまご 2個 砂糖 小さじ1/2 塩 ひとつまみ コショウ 少々
バター 大さじ1/2

- 作り方：①ボールに卵を入れ泡立て器でよく攪拌し、調味料をいれる。
②18センチフライパンを熱しバターをいれ、①を入れてふたをして
1～2分焼く。
③お皿に入れるときに半分に折るように盛り付けて出来上がり♪
ポイント☆泡立て器で卵が白っぽくなるまでしっかり混ぜます。[ケーキ作りのように！]
泡が残るのがポイント☞ からめながら食べてね♡