

# ゴロツとオムレツ

## 日本食研 ポークソテーオイル&トマトバジル



材料:	上記たれの味付け肉	1p
	(若鶏モモ、ムネ肉)	
	玉ねぎ	1個
	ジャガイモ	1~3個
A	茹でたアスパラ	少々
	茹でたスナップエンドウ	少々
	とろけるチーズ	適量
	卵	3個
	生クリーム又は牛乳	大さじ2
	塩こしょう	少々
	バター	10g



- ①ジャガイモは5mm厚にスライスし、レンジで加熱しておく。玉ねぎはスライスする。
- ②油をひかずに味付け肉を炒め、玉ねぎも炒める。
- ③玉ねぎがしんなりしてきたらAとジャガイモを入れ炒め最後にチーズを絡めお皿に乗せる。
- ④卵、生クリーム、塩こしょうを混ぜオムレツを作って③に乗せて出来上がり。  
お好みでケチャップを！

