



トマトのエッグ煮

JA さがみ提供 <https://ja-sagami.or.jp/>



材 料 (4人分)

- ・完熟トマト……中4個
- ・プロセスチーズ…4枚
- ・カイワレ大根…適量
- ・オリーブオイル…大さじ2
- ・卵 ……………4個
- ・塩・こしょう…少々
- ・粉チーズ……適量

作り方



- ① トマトを厚さ1cmの輪切りにする。
- ② 卵を溶く。
- ③ フライパンに①を入れ、オリーブオイルで焼き、塩・こしょうを振る。
- ④ ②を流し、粉チーズを振りかけ、ふたをする。
- ⑤ 卵が固まってきたらプロセスチーズを乗せ、ふたをして火を止めて蒸らす。
- ⑥ 大皿に盛り付け、カイワレ大根を散らしたら出来上がり。



15分

調理時間目安