

脱☆マンネリ化 チーズ目玉焼き

&

もやしバターしょうゆ炒め

【材料】(1人分)

<チーズ目玉焼き>

- ・卵 1個
- ・ピザ用チーズ ひとつまみ

<もやしバターしょうゆ炒め>

- ・もやし 50g
- ・バター 10g
- ・しょうゆ, こしょう 少々
- ・ミニトマト 2個

【作り方】

- ①もやしを洗い, ミニトマトを半分に切る。
- ②フライパンをあたため, 卵を入れる。
- ③②にチーズをのせる。(ポイント: チーズをこんがり焼く)
- ④③を裏返し, フライパンの端に寄せる。
- ⑤フライパンの開いたスペースに, もやしとミニトマトを入れる。
- ⑥バターを入れ, バターが溶けたら, こしょうとしょうゆで味付けをする。

