



スパニッシュオムレツ

材料(フライパン1枚分)

卵	5個
豚ひき肉	120g
じゃが芋	中1個
ダイスチーズ	50g
牛乳	30g
塩	1つまみ
コンソメ	3g
チャップ	30g

作り方

- ①じゃが芋は1cm位のダイス上に切り、茹でる。
- ②豚ひき肉は炒めておく。
- ③ボウルに卵を割りほぐし、①②ダイスチーズ、牛乳、コンソメ、塩を入れ、混ぜる。
- ④フライパンに油を熱し、③を流し入れる。
蓋をして弱火で焼く。焼き色が付いたらお皿などを使ってひっくり返し、裏を焼く。
- ⑤お好みの大きさに切って、ケチャップを添えたらできあがり！

