

作ってみよう！おすすめレシピ

かんたん 簡単たまごのココット



材料（1人分）（g）	作り方	
<p>卵 1個 キャベツ（葉） 1枚 ベーコン 1/2枚 マヨネーズ 適量 オリーブ油 少々 塩 少々 あらびきこしょう 少々</p> 	<p>〈作り方〉</p> <ol style="list-style-type: none"> ① キャベツは、せん切りにする。 ② ココット皿など耐熱容器に平らに入れる。 ③ ベーコンをのせ、マヨネーズを1周クルツとしぼりだし、その上から卵をわりいれる。 ④ 卵に1～2か所、楊枝などであなをあけ、塩・こしょうをふる。 ☆ここがポイント！！ 切れ目を入れないとレンジの中で大爆発！！   <ol style="list-style-type: none"> ⑤ ラップをかけてレンジでチン！！（500wで2分30秒） ⑥ お好みであらびきこしょうをかけてできあがり。 	 
<p>*今が旬のグリーンアスパラガスを使ってもおいしくできますよ♥ *お弁当にもぴったり！！</p> 		



小竹校長先生のおすすめレシピ♥です！
 我が家では、ほうれんそうでもおいしくいただいています。
 簡単に作ることができるので、子供たちにもチャレンジしてもらえたらうれしいですね。