

# 作ってみよう！おすすめレシピ

## 味つけなし！かんたん卵焼き



材料（2人分）（g）	作り方	
<p>卵 2個 なめこ（瓶づめ） 1/3個 冷凍の肉詰め 1個 （なすのはさみ揚げ） 油</p> 	<p>〈作り方〉</p> <p>① ボウルに卵を割り入れる。</p>  <p>② なすのはさみ揚げをフォークなどで食べやすいようにほぐす。</p> <p>③ なめこを加えよく混ぜる。</p> <p>④ 卵焼き器（フライパンでもよい）を火にかけ油をひく。</p> <p>⑤ ③を流し入れ、卵焼きの要領でくるくるっと巻きながら焼く。</p>  <p>⑥ 焼きあがったら、食べやすい大きさに切ってできあがり！！</p>	 
<p>*なすのはさみ揚げのほかに、しいたけのはさみ揚げ、れんこんのはさみ揚げ、ふわふわ揚げなどを使ってもおいしくできますよ♥</p> 		<p>種類を変えると、いろいろな触感が楽しめます。</p> 



井草 幸奈先生のおすすめレシピ♥です！揚げ物に味がついているので、卵に味をつけなくてもおいしく作ることができますよ！お弁当にもぴったりです！！ぜひ作ってみてくださいね♥

