

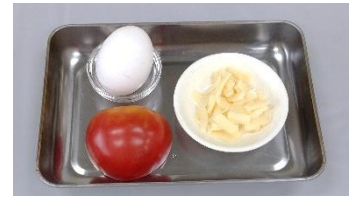
【 トマトとチーズのスクランブルエッグ 】

あさ
朝ごはんにもピッタリ！

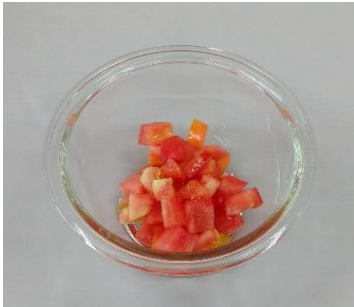


ざいりょう ～材料～

たまご 卵	1こ
トマト	1/2こ
チーズ	15g



～作り方～



- ① トマトを1cm角の
さいの目切りにします。



- ② 卵をとき、チーズを
加えてまぜます。



- ③ フライパンにオリーブオイルを
入れ、中火にかけます。
②をいれ、広げます。



- ④ ①のトマトを加え、
大きくまぜます。



- ⑤ 卵に火が通ったら
完成です！

つく
作ってみてね！

