

料理名

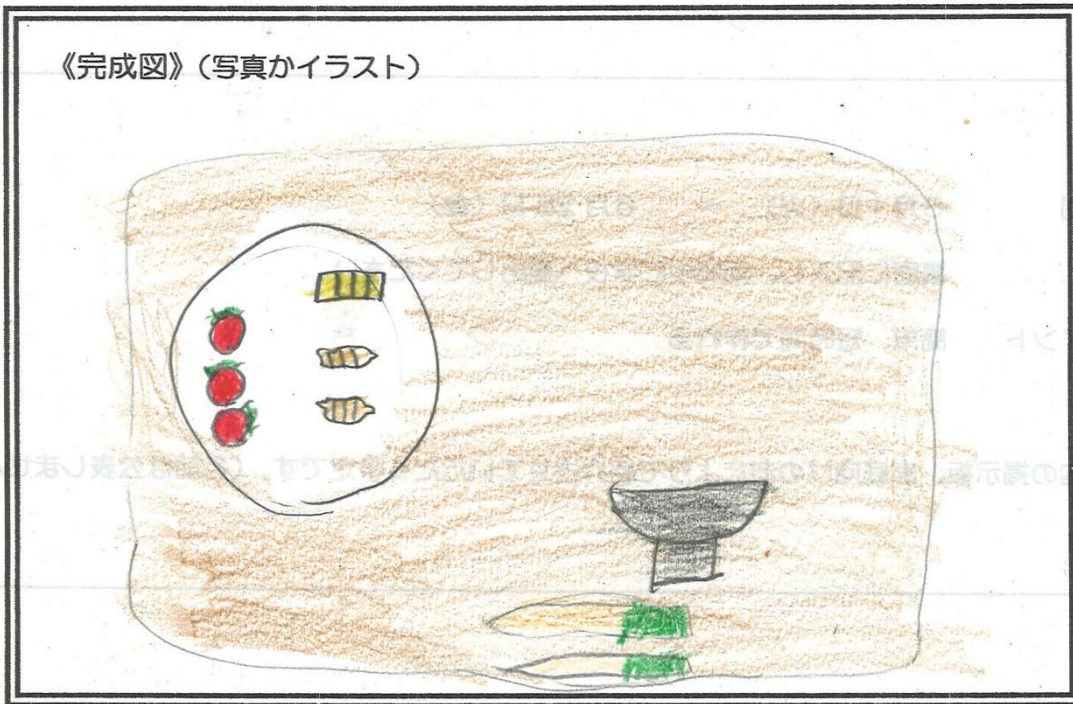
すきなあさごはん

材料【 1 人分】

- ・トマト ・みそ
- ・たまご ・にぼし
- ・ウインナー ・ナメコ
- ・白だし

- 作り方
- ①たまごをかる→おだし入れてまぜる。
 - ②フライパンをぬらし、おふろをひいたらたまごを入れて炒めける→たまごやきおし。
 - ③フライパンでウインナーを焼く
 - ④ナベにあらたなメコとにぼしをいれ火にかかるとうけら火をいれみそをとき入る。
 - ⑤かんせい

《完成図》(写真かイラスト)



★コメント★ (作る時のポイント、工夫した点、など)

みそしるのににぼしをいれるのがポイントです。
たまごやきは、きぶんによって色を変えています。
「おみそしるもです」

家でのエピソード
等、自由に記入し
てください。



<栄養教諭から>

色々な味付けにして作ってみたい朝ごはんです。味噌汁で体が温まります。