



12/25(水) Xmas リースのオムライス

(材料)

たまらん堂「幸せの愛でたまご」2個
ごはん：1 膳分

ハム
マッシュルーム
玉ねぎ
ミックスベジタブル

ケチャップ：大さじ2～3

バター：20g

チーズ

ブロッコリー

ミニトマト

マヨネーズ、砂糖：少々

- ① ブロッコリーは小房に分けて茹でる。ミニトマトは 1/2 に切る。チーズは星形でくり抜いておく。
- ② フライパンにバターを熱し、ハム、マッシュルームなど、好きな具材を炒める。
- ③ ボウルに、ごはん、②、ケチャップを加えて混ぜ、茶碗に入れ、皿をかぶせて返す。(ドーム型にしておく)
- ④ 卵にマヨネーズと砂糖を加えて溶く。
- ⑤ フライパンにバターを熱し、④を流し入れ、あまりかき混ぜずに丸く寄せながら半熟に仕上げる。
- ⑥ ③に乗せ、ブロッコリーとミニトマトを外周に並べてリースに。チーズを飾る。

レシピは、ゆめタウン夢彩都サービスカウンター（3階と地下1階）に置いています。
また、NBC アプリや<インターネット><http://www.nbc-nagasaki.co.jp/>でもご覧になれます。