

ジャガイモのオープンオムレツ



材料（4人分）

ジャガイモ	… 中 2～3 個
塩・コショウ	… 適量
グリーンピース	… 100g
トマト	… 中 1 個
ベーコン	… 2～3 枚
オリーブオイル	… 大さじ 2 と 1/2
卵	… 4～5 個

作り方

- 1) ジャガイモは皮をむいて 1.5 cm 角に切り、水に少し浸けてから茹でる。やわらかくなったらザルに上げ、からい乾煎りして水分を飛ばし、塩・コショウを振る。
- 2) グリーンピースはひとつまみの塩（分量外）を入れた熱湯でやわらかくなるまで茹でる。トマトは 1.5 cm 角、ベーコンは幅 2 cm に切る。
- 3) 熱したフライパンにオリーブオイル（大さじ 1）を引き、ベーコン、トマト、ジャガイモ、グリーンピースの順に炒めて塩・コショウを振る。
- 4) ボウルに卵を割りほぐし、粗熱を取った③を入れる。
- 5) 熱したフライパンにオリーブオイル（大さじ 1 と 1/2）を引いて④を流し入れ、2～3分蓋をして焼き、裏返す。裏面は蓋をせずに焼き、中まで火が通ったらできあがり。



お好みでケチャップをかけても美味しいよ！

他のレシピはこちら!!



<http://ja-kouka.shinobi.or.jp/food/recipe/>

