



材料 2人分

たまご	2個
牛乳	大さじ2
生クリーム	大さじ1
玉ねぎ(うす切り)	1/4個
ほうれん草(ゆでたもの)	40g
バター	10g
塩・こしょう	少々
ピザ用チーズ	20g

調理時間 30分 ※焼き時間を含む

作り方

1. ほうれん草はゆでて水に取り、かたく絞って2cmに切ります。
2. フライパンにバターを入れて熱して、玉ねぎ、ほうれん草を炒め、塩・こしょうをふったものを器にいれます。
3. たまご、牛乳、生クリームを混ぜて2. に注ぎ入れます。
4. 3. にチーズを乗せて、200℃のオーブンで20分焼きます。
オーブントースターでもOK! です。



アドバイス

◎たまごがふんわりとした食感です。冷めるとしぼむので焼きたてをお召し上がりください。