

三色丼



サッパリ味で夏にもぴったり! ☆

材料

- ご飯 150g
- 冷凍いんげん (好みの量でOK)
- トマト 1/2コ
- たまご 1コ
- コンソメ(顆粒)少々
- とろけるチーズ 20g程度
- サラダ油 少々

作り方

1. トマトを角切りにして、いんげんを好みの大きさに切る。
2. たまごを割りコンソメを入れ、かきませる。
3. フライパンに油をひき、トマトといんげん、たまごを入れ炒める。
4. たまごが半熟のうちにチーズを入れ、サッと炒める。
5. ご飯の上のにのせてできあがり 😊