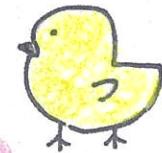


ボリューム満点

カラフル丼



●材料●

ごはん	どんぶり 1杯
ウインナー	2本
たまご	1コ
塩	ひとつまみ
ミックスベジタブル カレースパン	1杯
スライスチーズ	1枚
油	少々(1玉くらい)
ケチャップ	お好み(オムライスみたいに!!)



●作り方●

① たまご・ミックスベジタブル・塩をまぜる。



小さいおわん
がぶさり。

② 油をひいたフライパンでウインナーを焼く。焼き目がついたら、

①も入れて、箸でまぜながらスクランブルエッグにする。



スクランブルエッグは
半熟でもおいしい。

③ どんぶりにごはんをよそって、

チーズ→スクランブルエッグ→ウインナーをのせ、

ケチャップをかけて完成

文教大学 実習生