



いい朝

プロジェクト

Hello Good morning!



元気
活カ

エナジー

スクランブルエッグ なつとースト



調理時間
約 15 分

1人あたり
カロリー
358 kcal

※写真はイメージです。



スクランブルエッグ なっとースト

●調理時間/約15分 ●カロリー/358kcal(1人あたり)



※写真はイメージです。

【材料2人分】

食パン(6枚切)	2枚	ドライパセリ	適量
納豆	2パック	ピザ用チーズ	30g
卵	2個	油	大さじ1
A 牛乳	大さじ1		
塩	少々		
白こしょう	少々		

【作り方】

- ① Aを合わせしっかりと溶きほぐす。
- ② 油を熱したフライパンに①の卵液を流し込み、スクランブルエッグをつくる。
- ③ 食パンに②のスクランブルエッグをのせ、付属のたれと辛子を加えて混ぜた納豆とピザ用チーズをのせる。
- ④ 予熱したトーストで2分ほど焼いてチーズを溶かし、器に盛りつける。
- ⑤ 仕上げにドライパセリをかける。