



## 5/15 (火) かけて焼くだけ カルボナーラドリア

(材料2人分)

ご飯：茶碗1杯

ハム：2枚

たまご：1個

溶けるチーズ：20g

塩こしょう：少々

{	生クリーム：50ml
	牛乳：80ml
	粉チーズ：大さじ2程度

黒こしょう：少々

- ① ハムは細切りにしておく。
- ② 卵は白身と黄身に分けておく。
- ③ ボウルに卵白、生クリーム、牛乳、粉チーズ、塩こしょうを入れてよく混ぜ合わせ、ソースにする。
- ④ 耐熱皿にご飯を入れ、中央をくぼませ卵黄を入れる。
- ⑤ ③のソースを流し入れ、ハムと溶けるチーズをのせる。
- ⑥ パン粉を振りかけて、200℃に予熱したオーブンで12分程度焼く。
- ⑦ 黒こしょうを振って出来上がり。

レシピは、ゆめタウン夢彩都サービスカウンター（3階と地下1階）に置いてあります。  
またインターネット><http://www.nbc-nagasaki.co.jp/>でもご覧になれます。