



## 3/15(水) カルボナーライス

(材料)

ごはん  
ベーコン  
チーズ  
玉ねぎ  
たまご  
生クリーム (牛乳)  
コンソメ  
塩こしょう  
ブラックペッパー  
オリーブ油

- ① ベーコンは短冊切り、玉ねぎは薄切りにする。
- ② 卵は白身と黄身に分け、白身を溶いておく。
- ③ フライパンに油を熱し、①を炒める。
- ④ 生クリームを加えて温め、塩こしょうとコンソメで味を調える。
- ⑤ 白身を流し入れ、お好みの加減で火を止める。
- ⑥ ごはんにチーズを乗せ、⑤を盛り、中央に卵黄を乗せる。
- ⑦ ブラックペッパーを振って完成。

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、NBC アプリや<インターネット><http://www.nbc-nagasaki.co.jp/>でもご覧になれます。