



4/24(水) フレッシュトマトソースのオムレツ

(材料)

たまご

溶けるチーズ

塩こしょう

バター

パセリ

(フレッシュトマトソース)

トマト

玉ねぎ

ケチャップ

砂糖

塩

① たまごを割って溶き、塩こしょうを合わせる。

② フライパンにバターを熱し、①を流し入れる。

③ 細かくかき混ぜながら、半熟状になってきたら形を整える。

④ 皿に盛ってソースをかけ、パセリを散らす。

(フレッシュトマトソース)

トマトはざく切り、玉ねぎはみじん切りにする。ボウルに入れて、ケチャップ、塩、砂糖を加えて混ぜる。

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。