



ほうれん草のオムレツ

材料(一人分)………

卵	60g
ほうれん草	15g
バター	1g
水	40ml
ステップキューブ	1個

作り方………

- ①ステップキューブを水で溶かし、溶き卵と合わせる。
- ②ほうれん草をさっと茹で、細かく刻む。
- ③フライパンにバターを引き、①を入れ焼く。
- ④ほどよく焼けたら②に③を入れオムレツの形にして完成。

レシピポイント………

ほうれん草だけでなく、ニンジンや玉ねぎなどみじん切りにしたものを入れたり、キノコをいれるのもおすすめです。

