

ROSEN'S RECIPE
ローゼンおすすめメニュー

ふわとろオムレツとハヤシライスがベストマッチ!

とろとろ卵のオムハヤシ

調理時間

20分

1人分

624kcal



※写真はイメージです。

秋の旬食材



がんばる農家応援団 玉ねぎ

+

使ったのはコレ!



カゴメ
トマト
ケチャップ



つくり方動画を
配信中!

《レシピ考案》
Goo Goo Foo
フードクリエイター
堀池 美由紀



とろとろ卵のオムハヤシ

材料/2人分

がんばる農家応援団 玉ねぎ……………1/2個
マッシュルーム……………6個
牛薄切り肉……………150g
塩、こしょう……………少々
小麦粉……………大さじ1
サラダ油……………大さじ1
水……………150ml

〈調味料〉

顆粒コンソメ……………小さじ1
カゴメ トマトケチャップ……………大さじ2
ソース……………大さじ2
醤油……………小さじ1
砂糖……………小さじ1/2

〈とろとろオムレツ〉

卵……………4個
塩、こしょう……………少々
マヨネーズ……………小さじ2
牛乳……………大さじ2
バター……………15g
白飯……………2膳

作り方

- ①玉ねぎ、マッシュルームは薄切りにする。
- ②牛肉は塩、こしょうをし、小麦粉をはたく。
- ③フライパンに油を熱し、牛肉、玉ねぎ、マッシュルームを炒め、肉の色がほぼ変わったら、水、調味料を加えて5分煮る。
- ④オムレツはバター以外の材料を混ぜる。フライパンにバターを熱し、スクランブルエッグを作り、皿のご飯の上に載せる。③のハヤシソースを添え、「カゴメ トマトケチャップ」をかけて完成。