



めざましごはん

忙しい朝に強い味方!!

ちやちや

洋風オムツツがゆ

材料

白がゆ……1袋
卵………2個
砂糖、塩、コンソメ……適量
ケチャップ……適量

作り方

- ①ケチャップ以外の材料を
全て混ぜ合わせる。
- ②フライパンに油を熱し、
①を入れてオムツツを
作るように焼く。
- ③皿に乗せケチャップを
かけて出来上がり☆



調理例

たいまつ食品株式会社