



ちょっと お料理

さんべい 輝枝ニュース 42号 掲載

● かきの卵とじ ●

(浪花町在住 市川 歌子さん)

✂✂✂✂✂ 材 料 ✂✂✂✂✂



カキ 20~25粒



卵 1~2個



ネギ(白いところ) 1~2本



三つ葉

✂✂✂✂✂ 調味料 ✂✂✂✂✂



バター 10g



酒 大さじ 4



塩



コショウ 少々



作り方



1. カキをざるに入れて塩 小1を加えて水を流しながら洗ったら水分をよく切る。
2. フライパンに洗ったカキを並べてネギを3~4等分に切って周りに入れて真ん中にバターを一切れ加えて塩・コショウ少々をふりかけ酒を入れて強火で3~4分蒸す。
弱火にしてカキを転がしながら焼き目が付いたら、とき卵を廻し入れる。
3. あれば三つ葉を3~4等分に切って散らします。

もてる