

料理名

ドレスド・オムライス



1人分

調理時間 約20分

作り方

1. 【ソース】 玉ねぎは細切り、しめじは2~3cmくらいにサイズを切りそろえる。

2. フライパンにバターを入れて、中火で玉ねぎ、しめじを炒める。

3. しんなりしたら、デミグラスソースを加えてひと煮立ちさせ、塩こしょうで味を調える。

4. 【ケチャップライス】 玉ねぎ、ピーマンは粗みじん切り、ソーセージは輪切りにする。

5. フライパンにバターを溶かし、ソーセージ、玉ねぎ、ピーマンを炒める。

6. ご飯、ケチャップを加えて、更に炒め、塩こしょうで味を整える。

7. 卵をほぐし、塩こしょうを加える。

8. フライパンにサラダ油を入れ、中火で熱したところへ卵を注ぎ、菜箸で中央をひねりながら、ドレスにする。

9. 器にケチャップライスを盛り、上にドレスエッグをのせて、ソースを周囲へか、クレソンを添える。

材料

【ソース】	玉ねぎ	1 / 6個
	しめじ	30g
	デミグラスソース	75g
	塩こしょう	少々
	バター	5g
【ケチャップライス】	ソーセージ	20g
	玉ねぎ	25g
	ピーマン	20g
	ご飯	180g
	トマトケチャップ	30ml (大さじ2)
	バター	5g
	卵	2個
	塩こしょう	1g (小さじ1/6)
	サラダ油	適宜
クレソン	適宜	