

洋風ちゃわんむし

奥田 彩佳



材料(4人分)

ぶなしめじ 1パック
玉ねぎ 1/4個
ベーコン 100g
生クリーム 70cc
牛乳 70cc
卵 1個
塩、こしょう 適量

作り方

- 1 ぶなしめじ、玉ねぎ、ベーコンをフライパンで炒め、塩、こしょうで味を調える。
- 2 ボールに卵、牛乳、生クリームの順に入れて混ぜる。
- 3 2の中に1を入れる。
- 4 耐熱皿に3を入れ、オーブン(180℃)で12分焼く。

ひとことメモ

簡単に作れるキッシュのようなちゃわんむし。

きのこの豆知識

●ぶなしめじの紹介と選び方

傘の中心に大理石模様を持つキシメジ科シロタモギタケ属のきのこです。

傘が茶褐色で丸みがあり、柄の部分が太く大きさがそろっているものが良品とされています。

日本特用林産振興会「きのこの知恵袋」より抜粋