



ariさん

県内在住。フードバイザーとして料理教室を開くなど幅広く活躍。「家ごはん」から「おもてなしごはん」まで幅広い食シーンを提案してくれます。

# ariさんちの台所

## —卵レシピ—



### ひとくちメモ

ホワイトソースにカレー粉を加えてアレンジできます。

1人前：約300kcal

## スクランブルエッグのグラタン

### ●材料(4人分)

卵 ..... 2個  
塩コショウ ..... 適宜  
生クリーム ..... 大3  
市販のホワイトソース缶 ... 1缶  
玉ねぎ ..... 2分の1個  
小エビ ..... 50g  
マカロニ ..... 50g  
溶けるチーズ ..... おこのみで  
サラダ油 ..... 適宜

### ●作り方

- ①マカロニを茹でておきます。
- ②フライパンにサラダ油をひいて千切りにした玉ねぎと小エビを炒めてホワイトソースを加えて加熱します。茹で上がった①を加えて耐熱皿にうつします。
- ③ボウルに卵を割り入れて塩コショウ、生クリームを加えてよく混ぜ合わせ、フライパンで炒めてスクランブルエッグにして、②の上に盛り付けて溶けるチーズをかけて250度で熱したオーブンで焼き目がつくまで加熱したらできあがり。



卵は手早く混ぜて半熟の状態ですら仕上げます。