

ポテトオムレット（幼児5人分）



材料

卵	4個	牛乳	75グラム
玉葱	1/4個	塩	1グラム
じゃが芋	1個	サラダ油	小さじ2
グリーンピース	適量	ケチャップ	大さじ1

作り方

- 1,じゃが芋は1cm程度の角切りにし、茹でる。
 - 2,卵は割りほぐし、牛乳を混ぜておく。
 - 3,玉葱は薄切りにし油で炒め、塩を加える。
 - 4,3に1と2を入れ混ぜ、オーブン皿等に流し入れ、
グリーンピースを散らし、オーブンで焼く。
またはフライパンで焼いてもよい。
- ✿じゃが芋は電子レンジにかけてもよいです。