

静岡県産畜産物でおいしく簡単クッキング!

## 『卵』トースターで!簡単キッシュ



### 材料(2人分)

- ・ベーコン...4枚
- ・卵...3個
- ・ほうれん草...100g
- ・玉ねぎ...1/4個
- ◎牛乳...100cc
- ◎溶けるチーズ...50g
- ◎顆粒コンソメ...小さじ1
- ・オリーブオイル...適量
- ・塩こしょう...適量



### 作り方

- 1 ほうれん草とベーコンは食べやすい大きさに切り、玉ねぎは薄切りにする。
- 2 フライパンにオリーブオイルを入れ中火で熱し玉ねぎがしんなりしたらほうれん草とベーコンを入れ塩こしょうをして炒める。
- 3 一旦火を止め◎と卵を溶き入れ、弱火でへらなどでかき混ぜながら加熱する。
- 4 とろみがつき、固まり出したら耐熱容器に入れトースターで焼き色がつくまで10分ほど焼く。
- 5 アルミホイルをかぶせ火が通るまでさらに5分ほど焼く。