

きやり〜小松菜♪チーズオムレツ

■材料 4人分

卵	8個
小松菜	1/4束
玉ネギみじん切り	1/2個分
ニンジンみじん切り	3cm長さ分
ベーコンブロック角切り	40g
ピザ用チーズ	60g
オリーブ油	少々
春巻きの皮	8枚
塩・こしょう	少々
ごま油	少々



■作り方

- ① 小松菜は土を落として水にさらし、葉と茎にカットしたら細かく切る。
- ② 鍋にオリーブ油を入れて①の小松菜・玉ネギ・ニンジン・ベーコンを加えて炒め、塩・こしょうで味付けしたら冷ます。
- ③ オーブンシートをひいたパイレッシュ（バット）に冷ました②と溶き卵・塩・こしょうを合わせる。
- ④ ③を180℃のオーブンで20分焼いたら、上にピザ用チーズをのせ、溶けるまで更に焼く。
- ⑤ ④を8等分に切って、端にごま油を塗った春巻きの皮に乗せて四角く包む。
- ⑥ オーブンまたはフライパンで両面を色よく焼く。