

スペイン風オムレット

合計加熱調理時間 約 **10**分

[1人分：280kcal/食塩相当量：1.1g]

ふっくら！ケーキのように仕上がります。冷めてもお惣菜として美味しいです。



材料（12人分）

ジャガイモ（皮をむいて厚さ1cmの輪切り）	1200g
タマネギ（薄切り）	3個
<材料a>	
卵黄（溶きほぐす）	20個
ニンニク（薄切り）	50g
エクストラヴァージンオリーブオイル	80cc
塩	大さじ1
こしょう	適量

※掲載レシピはクックエブリオ専用のものとなります。

分量

12人分

設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度	風量
1	コンビ	100%	10分	230℃	—

下ごしらえ

- ・ジャガイモは水にさらし、柔らかくなるまで下茹でする。
- ・タマネギとニンニクはオリーブオイル（分量外）で炒める。

作り方

1. ボールにジャガイモ、タマネギ、<材料a>を入れて混ぜ、オープンシートを敷いた65mmのホテルパン1枚に流し入れて【設定1】で予熱後、加熱する。

調理ポイント ◆焼き立てよりひと息おくと、卵がしまり切り分けやすい。