

トマトのスクランブルエッグ

合計加熱調理時間 約10分

[1人分：122kcal／食塩相当量：1.0g]

トマトの酸味が爽やかなスクランブルエッグ。朝食の定番を夏らしくアレンジ。



材料 (12人分)

トマト	600g
<材料a>	
牛乳	100cc
卵 (溶く)	800g
塩	8g
こしょう	少々
バター (細かく切る)	10g

*掲載レシピはクックエブリオ ミニ専用のものとなります。

*掲載レシピは2段で検証をおこなっています。

分量

12人分

設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度
1	スチーム	-	2分	100℃
2	コンビ	100%	8分	160℃

下ごしらえ

- ・トマトは皮に浅く十文字に切り込みを入れる。

作り方

1. 40mmの穴あきホテルパン1枚にトマトを並べて【設定1】で予熱後、加熱する。
2. 手早く冷水に取って冷まして皮をむき、一口大に切る。
3. ボールに<材料a>、2を入れて混ぜ、オープンシートを敷いた65mmのホテルパン2枚に流し入れて【設定2】で予熱後、加熱する。
4. 加熱開始から5分後、一旦取り出してかき混ぜ、スチコンに戻し入れる。
5. 加熱完了後、4のホテルパンを取り出し、皿に盛り付ける。



調理ポイント

- ◆ トマトを湯むきする際、トマトの大きさにより加熱時間を調節すること。
- ◆ トマトは水気をよく切ること。