わが家のレシピを紹介します！

種類　どれかひとつに〇をつけてください

朝ごはん　・（お弁当）・　好き嫌い工夫

料理名

かにかま入り簡単玉子焼き

所要時間　（　　５分　　）

学びを支えるおすすめポイント

めんつゆ入りでお父さんのおつまみにも。食べると元気が出てきます！

イメージ

材料名・分量　（　１人分　）

- 玉子　２個
- かにかま
- めんつゆ　大さじ２

作り方

1. 玉子２個を割り、めんつゆを入れる。
2. かにかまをちぎって入れる。
3. 数回に分けて玉子焼きを作る。