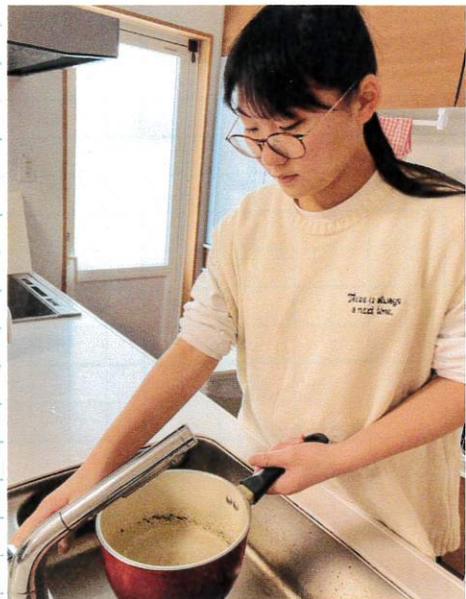


だしまきたまご_{x2} + ブロッコリー、ソーセージ

① 18 べに水を入れ、ふっとうさせる。



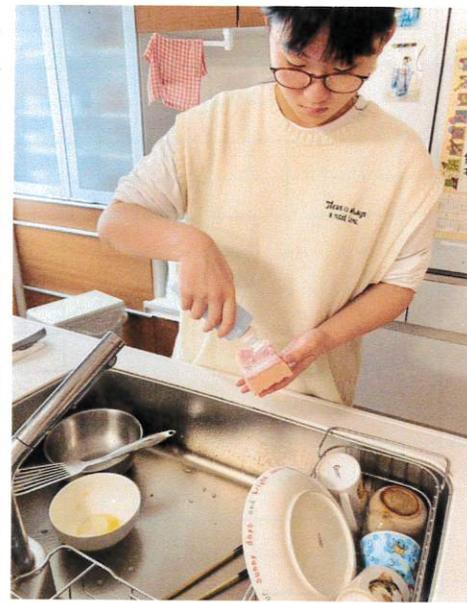
② たまごをうつわに2つわり、水としょうゆを入れる。

③ ねぎを切り、②にまぜる。

④ ②と③をもう一度くり返す。



使ったものは洗いました。 nice!



⑤ 加熱しておいたフライパンに油をひく。↓



⑥ フライパンにたまごを入れる。(半分)

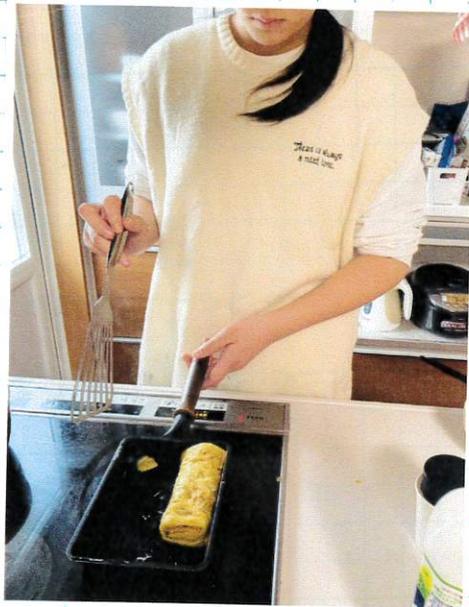
⑦ フライパンが之しやしたとこでたまごをかえす。もう半分を入れる。



()

5 10

⑧ ⑦ を 2, <u>4</u> が 2 し、形をこ
の 上。 ↓ ↓



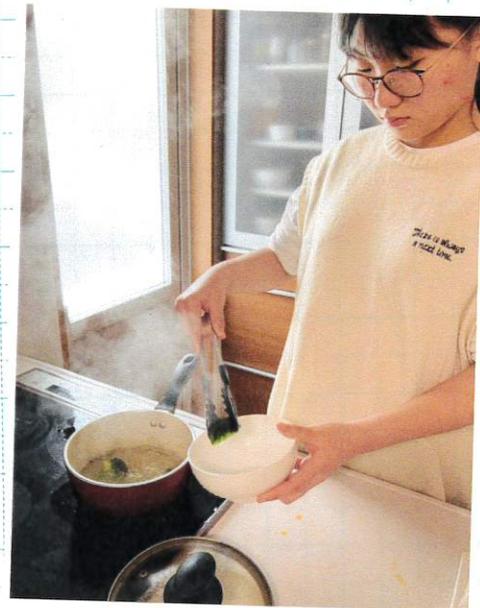
⑨ できたらまた板の上にキッチンペーパーをしき、その上に乗せてさます。



5 10

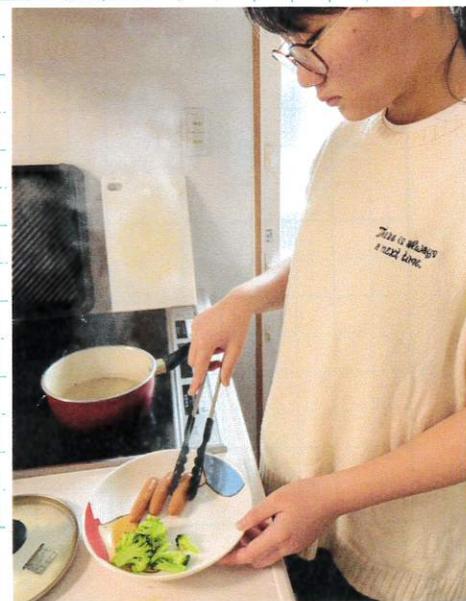
()

⑩ ⑤ ~ ⑨ を もう 1 度 くり 返 す。
 ⑪ さ ま し こ い る 間 に 7" の コ リ ー
 を 中 へ 入 る。



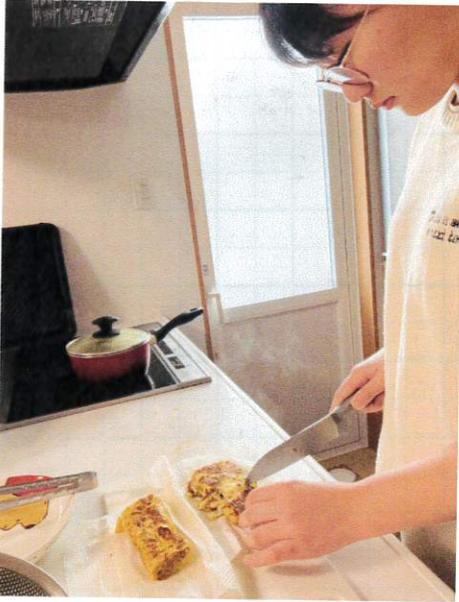
↑

⑫ 中 へ 入 っ た コ リ ー を ト ン グ で
 う ち に ち る。
 ⑬ ⑪ ⑫ の 時 の あ り に ヨ ー ー シ ン を
 入 れ て、ト ン グ で ち る



⑭ たまごをいたたまごをきをきる。

↓



5

5

10

10

⑮ お皿に盛りつけて完成。

あまーた字直

上手だね

手ねね
ふね!

たまごやき

とんち

おいし

て

⑥

お作、て

ください

15

20

20

