

トマトオムレッツサラダ



▼材料（2人分）

- トマト …1個
- 卵 …4個
- レタス …4枚
- A：
 - ・牛乳 …大2
 - ・塩、こしょう …各少々
 - ・粉チーズ …大1
- バター …大2
- トマトケチャップ…適量

▼作り方

- ① トマトはさいの目に切り、半分に卵を混ぜる。
- ② Aを混ぜ、まずは半量を、バターを溶かしオムレッツにする。
- ③ 残りの半量も同じよう焼く。
- ④ レタスをちぎった上に③をのせ、トマトケチャップと①の残りのトマトをのせる。