

# 坂井芋の ふわふわ オープンオムレツ



## 材料 [1人分]

坂井芋	60g	有塩バター	5g
玉ねぎ	20g	卵	2個
ベーコン(ブロック)	20g	ピザ用チーズ	20g
ブロッコリー	15g	塩こしょう	ひとつまみ
ミニトマト	2個		

## つくり方

- ①ベーコン、玉ねぎを1cm角に切る。坂井芋は皮をむき、1/4は生のまますりおろす。残り3/4は1cm角に切り、ふんわりラップをかけ600Wの電子レンジで2分間加熱する。ブロッコリーは塩ゆでする。
- ②ボウルにAとすりおろした坂井芋を入れて、混ぜ合わせる。
- ③中火に熱したフライパンに有塩バターを入れ、溶けたら、ベーコンを炒める。ベーコンに焼き色がついたら、中火のまま、角切りにした坂井芋と玉ねぎを入れて炒める。
- ④玉ねぎが透き通ってきたら、中火のまま②を流し入れ、菜ばして大きくかき混ぜる。
- ⑤卵のふちが固まってきたら、火から下ろして器に盛り、ブロッコリー、ミニトマトをのせて完成。

