

レンジで簡単！！マグカップオムライス



忙しい日にピッタリ！！
中の具材を変えても美味しい

■材料（1人前）

- ・ご飯 130g
- ・ベーコン 20g（小さく切って10枚ほど）
- ・ケチャップ 15g（約大さじ1）
- ・コンソメ 2g
- ・塩・こしょう 少々
- ・スライスチーズ 1枚
- ・卵 1つ
- ・牛乳 5g（小さじ1）

■作り方

1. 溶き卵と牛乳を混ぜておく
2. マグカップにご飯をいれ、1口サイズに切ったベーコン・ケチャップ・コンソメ・塩、こしょうを入れ混ぜる。
3. ご飯に溶き卵が染みないように、とろけるチーズをご飯に1枚乗せ、混ぜておいた卵を入れる。
4. レンジ 600w2分30分でラップをしないでチンする。