

# Si センサーガスコンロ de



温度  
調節機能

ふわふわ食感がたまらない!!

## スフレオムレツ



材料  
(6人分)

アスパラガス……………6本	バター……………30g
ベーコン……………4枚	パゲット……………12枚
卵(L)……………6コ	プチトマト……………12コ
生クリーム……………大さじ6	塩、コショウ……………各適量

① アスパラガスはかたい部分とはかまを取って

5mm厚の斜め薄切りにします。はかま  
ベーコンは1cm幅に切ります。



② 鍋に湯を沸かし、アスパラガスを茹でます。

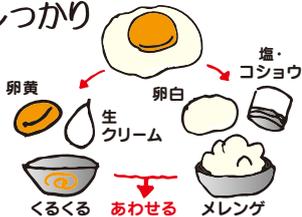
茹で上がりにベーコンを入れて  
ザルにあげ、塩、コショウをします。



③ スフレオムレツを1人分ずつ仕上げます。

卵1コを卵黄と卵白に分け、卵黄には大さじ1の  
生クリームを加えて混ぜ、卵白には塩、コショウ各  
少々入れて泡立て、しっかり

としたメレンゲを  
2回に分けて加え、  
ふわわりと  
混ぜ合わせます。



④ フライパンを160度に設定しバター5g入れ、

③を流し入れ、大きく形を整え、②を散らします。  
焼き色がついてきたら半分に折りたたみ、  
器に盛り付け、グリルで焼いたパゲット、  
プチトマトを添えます。



コンロ  
タイマー・  
温度調整  
機能

スツプリはイタリアの  
ライスコロッケのごと♪

## スツプリ〜たらこソース〜



材料  
(12個分)

米……………1と1/2合	バター……………15g
マッシュルーム……………6コ	A チキンブイヨン…270ml
生しいたけ……………4枚	塩、こしょう……………各少々
モzzarellaチーズ…100g	B 薄力粉……………適量
サラダ油……………適量	卵……………適量
パセリ……………少々	パン粉……………適量
揚げ油……………適量	

たらこソース	たらこ……………60g	コショウ……………少々
	生クリーム……………大さじ1と1/2	

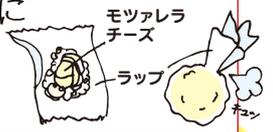
① 米は洗ってザルに上げ、30分程おきます。  
マッシュルーム、生しいたけはスライスします。

② 鍋に①の米とAを入れ、  
マッシュルーム、生しいたけをのせて蓋をし、  
コンロで炊きます。

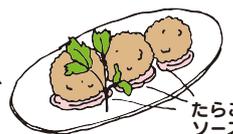
中火約10分：弱火約15分  
：蒸らし約10分



③ 炊き上がれば12等分にし、小切りにした  
モzzarellaチーズを中心に  
入れて丸め、Bをつけて  
180度の油で揚げます。



④ 器に合わせたたらこ  
ソースを敷き、③を盛り、  
パセリを飾ります。



豆腐のような  
モzzarella  
チーズの

