

焼きアスパラの目玉焼きソース

(2023年5月23日放送)

■材料: (2人分)

アスパラガス6本、卵1個、塩・少々、オリーブオイル大さじ1、パルミジャーノレッジャーノ、又はグラナ・パダーノ適量

■作り方

- 1.アスパラを洗って、根本を落とし、根本1/3程度の皮をピーラーで剥く。
- 2.フライパンにオリーブオイルをひき、塩とブラックペッパーを振りアスパラを焼く。途中、卵を割り入れて目玉焼きを半熟焼きにする。
- 3.皿に盛りつけ、目玉焼きをのせ、ブラックペッパーとパルミジャーノレッジャーノを削ったら出来上がり。
目玉焼きを崩しながらお召し上がりください！

