

レンジで簡単たまごスープ

3～4分でできる！



材料	分量（1人分）	作り方
たまご	1個	<p>① マグカップに卵、塩、こしょう、コンソメ、いりごま、しょうがを入れてよく混ぜる。</p> <p>② ①にお湯を150ccに入れる。</p> <p>③ ②のマグカップにふんわりラップをし、500Wの電子レンジで1分加熱する。</p> <p>④ ③にごま油をたらす。</p>
塩、こしょう	少々	
コンソメ	1～2g	
いりごま	1g (小さじ1/2)	
しょうが	2g (1-ブ 2cm)	
お湯	150cc	
ごま油	1～2滴	

レシピ提供：蓬田 結珠さん