

小学校の部  
最優秀賞

## ジャーマンポテトエッグ

竹原西小学校 5年 赤松 璃梨香



アピール  
ポイント



あまったら、パンにはさんでマヨネーズをかけて食べるのがおすすめです。がんばったことは、じゃがいもを同じ大きさに切ったことです。

### 材料（4人分）と切り方等

じゃがいも……	3個	せん切り 1cmくらい
ベーコン……	200g	細切り
ピーマン……	2個	せん切り
たまご……	3個	
バター……	大さじ1	
塩……	少々	
こしょう……	少々	
油……	少々	

\*緑の文字は竹原の食材です。

- ①切ったじゃがいもは耐熱皿に入れ、レンジで加熱する。
- ②フライパンに軽く油をひき、ベーコンを炒め、次に①とピーマンを加え炒める。
- ③塩・こしょうとバターを加えて味をつけ、割ってほぐしたたまごを上からかける。
- ④ふたをしてもらし、たまごに火が通ったらできあがり。

- ・パンでもごはんでも合います。
- ・量もしっかりあるので、レタスやトマトを盛り付ければ、朝ごはんでもビタミン類もしっかりとれます。

