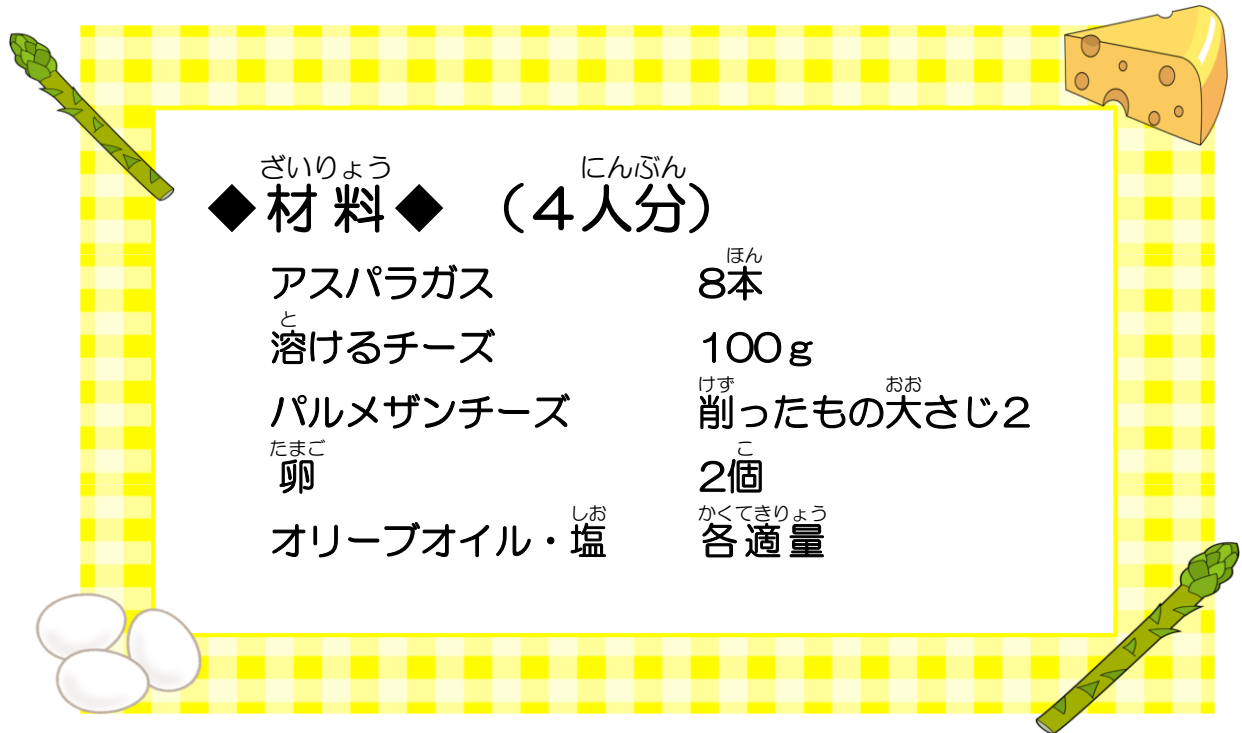


アスパラのチーズ焼き



◆材料◆ (4人分)

アスパラガス	8本
と溶けるチーズ	100g
パルメザンチーズ	削ったもの大さじ2
卵	2個
オリーブオイル・塩	各適量

①アスパラは新鮮なものは、根元を少し切り落とすだけでよい。フライパンを熱して、アスパラを並べる。

②温度が上がってきたところへオリーブオイルを回しいれ、軽く塩をふる。

③②をアルミホイルに移して、卵をそっとのせて、溶けるチーズでおおう。パルメザンチーズとオリーブオイルをふりかけてチーズが溶けるまで焼く。

