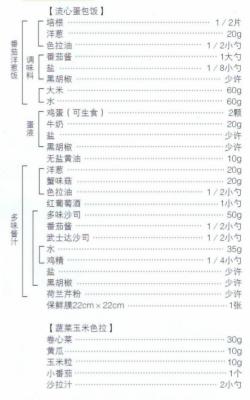
# RIAL 流心蛋包饭 ふわとろオムライス

COOKING



## 材料 1人份



### 🔀 该食谱制作过程中使用以下品牌

电饭煲 ------



型号: NP-HRH10C (6人份) NP-HRH18C (10人份)

228

明治 明治



ZC)JIRUSHI





无盐黄油 200g



净水器

丘比 沙拉汁 凯撒沙拉口味 200ml

台上型Q601净水器 沙拉汁

### 制作方法

【准备丁作】

- ① 将培根切成1cm的小块备用。
- 将洋葱(米饭用)切成1cm的小块备用。
- 8 将洋葱(酱汁用)切碎备用。
- 4 蟹味菇洗净后去根,用手撕成小朵备用。
- 6 将调味料混合均匀备用。
- 6 大米洗净泡水(30分钟~)后,沥干水分、放入电饭煲内煮饭。

- 锅内加入色拉油后开火加热,加入洋葱(酱汁用)炒至透明。(中火)
- 2 加入蟹味菇炒至变软。
- 3 加入红葡萄酒,稍煮会儿挥发掉酒精。
- ④ 加入多味沙司・番茄酱・武士达沙司・水・鸡精后煮至粘稠。(小∼中火 5分钟)
- 6 加入盐・黑胡椒调味。

- 锅内加入色拉油后热锅,加入洋葱(米饭用)和培根炒至洋葱透明。(中火)
- 2 加入米饭,边炒边和其他食材混合均匀。
- 3 加入事先混合好的调味料,边炒边和其他食材混合均匀。
- 4 将番茄洋葱饭盛在盘上,整形成饱满的椭圆形(请盖上保鲜膜保温)。

- 将鸡蛋打散在盆内, 轻轻地搅散, 再快速地左右搅打10次左右。加入牛奶・盐・黑
- 2 将筷子贴着盆的底部再快速地左右搅打10次左右。
- 锅内加入无盐黄油后使其融化。(中火)
- ⚠ 待无盐黄油冒出气泡时,用筷子蘸些许蛋液测试温度(听到"呲"的一声,蛋液能 迅速凝固即可)。
- 6 保持大火,将蛋液全部倒入锅内,用筷子慢慢地搅拌蛋液(目测铺开的蛋液大小比 锅子稍小一圈即可)。
- 6 当蛋液刚刚开始凝固、呈半熟的状态时关火。将蛋盖在番茄洋葱饭上。

淋上多味酱汁,撒上荷兰芹粉即可。

- 将卷心菜切成细丝,黄瓜切成半圆形薄片,小番茄竖切成四等分。
- 2 依次摆放在碗中,撒上玉米粒,淋上沙拉汁即可。