

# 菜の花の納豆オムレツ



材料 4人分

菜の花	1/2 束	A	納豆のタレ	1 袋
納豆	1 パック		マヨネーズ	小さじ 2
卵	4 個		めんつゆ	小さじ 1
オリーブオイル	適量		青のり	適量

作り方

- ① 菜の花は茹でて水気を絞り、食べやすい大きさに切る。
- ② 卵を溶き、納豆と菜の花を加えて混ぜる。
- ③ フライパンにオリーブオイルを熱し、②を流しいれオムレツを作る。
- ④ Aを混ぜ合わせ、オムレツにかける。最後に青のりをふりかける。