



【エッグベネディクト】



【JA えびの市 養鶏部会】
東梓さん

材料（2人分）

卵	2コ	【ソース用】	
ベーコン	4枚	卵	1コ
バンズパン	2コ	マヨネーズ	大さじ1
酢	大さじ1	バター	10g
こしょう(黒)	少々	塩	少々

手順

- (1) まずはポーチドエッグを作る。
鍋に湯を沸かし、沸騰したら酢を入れる。箸で湯をグルグルとかき回し、そこに卵を1コ割入れる。さらに卵の周囲を箸で1分半ほどかき回すと、ポーチドエッグの出来上がり。
今回は二人分なので、もう一つポーチドエッグを作る。
- (2) 続いてソースを作る。
バターを電子レンジで10秒ほど温めて溶かしておく。ソース用・卵は卵黄と卵白に分ける。卵黄とマヨネーズを混ぜ合わせ、溶かしたバターを加え、さらに混ぜ合わせる。
塩で味を調えたらソースの出来上がり。
- (3) ソース用・卵の残った卵白とベーコンをフライパンで焼く。焼いたベーコンは取り出しておく。
バンズパンは横半分にカットしてトースターで焼く。焼きあがったパンにベーコン、ポーチドエッグをのせて、(2)のソースをかける。
仕上げにこしょうを散らし、もう半分のバンズパンを重ねて完成。