

# 【 カルボナーラトトット 】

かんたん  
カップ1つで簡単！

あさ  
朝ごはんや

じゅけんせい やしよく  
受験生の夜食にも！



ざいりょう  
～材料～

- ・ごはん 140g
- ・卵 1個
- ・ベーコン 2枚
- ・シーザードレッシング 大さじ1
- ・粉チーズ 大さじ1
- ・牛乳 80ml
- ・塩こしょう 少々



つく かた  
～作り方～



- ① 400～500ml 入る  
大きめのマグカップを  
準備します。



- ② マグカップに、卵 → シーザー  
ドレッシング → 粉チーズ →  
牛乳 → ごはん → 塩こしょうの  
順に、よく混ぜ合わせながら、  
加えていきます。



- ③ キッチンばさみなどで、  
ベーコンを1cm幅に  
切り入れ、さらに混ぜ  
ます。



- ⑤ ふんわりとラップをし、  
600w のレンジで 2分  
加熱します。



- ⑥ ラップをはずし、  
**(熱いので注意!)**  
混ぜ合わせて完成!

つく  
作ってみてね♪

