

# GABAN®

## フラメンカエッグ



とろっとろの黄身をくずしてバゲットに付けて食べるおつまみ。

バルはもちろん、ミニカップに入れうずらの卵を落とせばスチコンで大量調理にも！



### 材料 (4~6人分)

- 生ハム…50g
- 玉ねぎ…150g
- にんにく…1片
- 赤パプリカ…100g
- ピーマン…100g
- GABAN® オリーブオイルEXバージン…30ml
- GABAN® スモークパプリカパウダー…3g
- トマトピューレ…100g
- 水…50ml
- 塩…少々
- GABAN® ブラックペッパーグラウンド…少々
- 卵…2個



### レシピ (所要時間:30分)

- ① 玉ねぎ、にんにくはみじん切り、生ハム、パプリカ、ピーマンは1cm角に切る。
- ② 鍋にオリーブオイル、にんにくを熱し、香りが出たら玉ねぎを入れて色付くまでじっくり炒める。
- ③ ②に生ハムを加えて炒め、続けてパプリカ、ピーマンも加えて炒める。
- ④ スモークパプリカを加えてサッと炒め、トマトピューレ、水を加えて水分が飛ぶまで煮込み、塩・ブラックペッパーで味を調える。
- ⑤ スキレットまたは耐熱容器に半分移し、中心に卵を割り入れ、白身に火が通るまで焼き、スモークパプリカを散らす。