

# エッグベネディクトをソースから手作り！ 時間がなくてもお洒落な朝ごはん



## ■ 材料 ■

卵 4個/水 600ml/酢 大さじ2/塩 小さじ1/ヘルマンマヨネーズ 適量/★卵黄 1個/★ヘルマンマヨネーズ 大さじ2/★Casteloピネガー（白） 小さじ2/★ケチャップ 小さじ1/2/イングリッシュマフィン 2個/ベーコン 100g

## ■ 作り方 ■

### 1. <ポーチドエッグを作る>


卵を小さな容器に割っておく。鍋に水、塩、酢を入れ、沸騰したらおたまでグルグルかき混ぜて「渦」を作る

2. その渦の中に卵を1個落とし入れ、2分30秒ゆでたら水をはったボウルに取り出しておく。同様に計4個作る

3. 横半分にカットしたイングリッシュマフィンに、ヘルマンマヨネーズを適量塗り、炒めておいたベーコン、ポーチドエッグを順にかさねる

4. ★の材料をすべて混ぜあわせてオランダーズソースを作る

5. ポーチドエッグの上から(4)のオランダーズソースをかけ、お好みでパプリカパウダーとイタリアンパセリ（分量外）を添えて完成

 **La-Cocina** では季節のレシピを無料配布中  
<http://la-cocina.jp> にてプリントアウトできます\*

recipe by Oisy!料理教室  
<http://oisyyy.wix.com/oisy>