



ふっくら厚く、中は半熟のオムレツ  
です。26cmフライパンを使う場合は、  
材料の分量を増やしてください。

# スパニッシュ オムレツ

Spanish Omelets

## 材料

じゃがいも … 大2個  
卵 … 大2個(中なら3個)  
オリーブ油、  
EVオリーブ油、  
塩、白こしょう … 少々

じゃがいもに、玉ねぎのみじん切りを  
少し加えて炒めてもおいしくできます。

## POINT!

5.6の工程は少し難しいですが、**スイスタイヤモンド**は熱伝導がよく、強火にしてすぐにオムレツの周りが焼けるので、表面にきれいな焼き色をつけ、中は半熟に仕上げることが出来ます。

## 作り方

1. じゃがいもは皮をむき、2~3mmにスライスする。
2. じゃがいもをボウルに入れて、オリーブ油をまんべんなく絡め、塩、白こしょうをふり混ぜる。
3. 20cmの**スイスタイヤモンド**にじゃがいもを入れ、弱火で30分くらいかけて軟らかくなるまでじっくり炒める。
4. ボウルに卵を溶き、3を入れて一気に混ぜ、塩味をみる。
5. フライパンを強火にし、全て流し入れる。30秒くらいですばやく混ぜながら形を整え、フライパンの上に丸い平らな皿をのせ、片手で押さえながら一気にひっくり返してオムレツを返し、スライドさせるようにフライパンに戻し、裏を焼く。
6. 30秒ほど焼いたらできあがり。(少し半熟状態に仕上げるとおいしい)
7. お皿に盛りEVオリーブ油をかける。