

ベターホーム エッグベーカーレシピ

エッグベーカーを使った手軽でおいしいレシピ。
商品付属の長谷園オリジナルレシピと併せてご活用ください。



- ※調理直後に熱くなりますので、鍋つかみや鍋敷きをご利用ください。
- ※急な温度変化に弱いので、さめてから洗い、乾かしてから収納してください。
- ※IHクッキングヒーター、食洗機はお使いいただけません。

ベターホーム協会

tel:03-3407-0471 / net-shop.betterhome.jp/ec

なすのラザニア風



材料（1人分）

- なす…1本（70g）
- 塩…少々
- ミートソース*…50g
- ホワイトソース*…50g
- 牛乳…大さじ1・1/2
- 粉チーズ…適量
- パセリ（みじん切り）…少々
- *市販または手作りしても。

ミニサイズのグラタン皿として活用できます！

作り方

- ①なすは5mm幅の輪切りにして塩をふる。エッグベーカー（大）に入れてふたをし、電子レンジ（500W）で1分30秒ほど加熱する。
- ②ホワイトソースに牛乳を混ぜる。
- ③なすをとり出し、エッグベーカーの水気をふく。エッグベーカーになすの半量を並べ、ミートソース、ホワイトソースの半量を順に広げて入れる。もう一度繰り返し、粉チーズをふる。
- ④ふたをせずに、オーブントースターで7～8分、焼き色がつくまで焼く。パセリをふる。

[ペターホーム ミートソース]
手作りに近いやさしい味。



しらすのアヒージョ



材料（1～2人分）

- しらす干し…大さじ4（20g）
- にんにく…小1片（5g）
- 赤とうがらし…1/2本
- オリーブ油…大さじ2
- フランスパン（5mm厚さ）
…適量

少量の油で、食べきれぬ量をトースターで気軽に作れるのがうれしい！

作り方

- ①にんにくはみじん切り、赤とうがらしは小口切りにする。
- ②エッグベーカー（小）にしらす、にんにく、赤とうがらし、オリーブ油を入れ、軽く混ぜる。
- ③ふたをせずに、オーブントースターで10分ほど焼く。全体がふつふつとしてきたらできあがり。パンにしらすをのせたり、油をつけたりして食べる。

パングラタン



材料（1人分）

食パン（8枚切り）…1枚
バター…適量
ハム…1枚
ホワイトソース*…30g
牛乳…大さじ1

*市販または手作りしても。

クロックムッシュ風の、パングラタン。そのままテーブルにサーブして、熱々をどうぞ。

作り方

- ①食パンにバターを薄く塗る。食パンとハムはそれぞれ3cm角に切る。
- ②ホワイトソースに牛乳を混ぜる。
- ③エッグベーカー（大）に食パンとハムを重ねながら並べる。ホワイトソースをかける。
- ④ふたをせずに、オーブントースターで7～8分、焼き色がつくまで焼く。

[ベターホーム ホワイトソース]
小麦粉、バター、牛乳、食塩だけで作りました。



パンプディング



材料（1人分）

食パン（8枚切り）…1枚
卵…1個
牛乳…50ml
砂糖…大さじ1
レーズン…大さじ1

パンに卵液をしみこませて焼くだけの、かんたんおやつ。食べる時にメイプルシロップをかけたり、粉糖をふったりしても。

作り方

- ①食パンは3cm角に切る。レーズンはぬるま湯で洗う。
- ②卵は溶き、牛乳と砂糖を加えて混ぜる。
- ③エッグベーカー（大）にパンを入れ、卵液を回しかける。レーズンを散らす。
- ④ふたをせずに、オーブントースターで7～8分、焼き色がつくまで焼く。

野菜のアンチョビオイル焼き



手軽なミニおかず。野菜の甘味を感じられます。れんこんやズッキーニなどで作っても。火の通りにくい野菜は、余熱を利用して。

作り方

- ①パプリカは縦に3等分して、長さを半分切る。
- ②アンチョビはみじん切りにして、オリーブ油を混ぜる。
- ③エッグベーカー（小）にパプリカを入れ、②をまわしかける。
- ④ふたをせずにオーブントースターで7～8分ほど焼く。※野菜に火が通っていない場合は、トースターを止めてふたをし、5分ほど余熱調理をするとよい。

材料（1人分）

パプリカ…1/4個（35g）
（写真は赤・黄半量ずつ使用）
アンチョビ…1枚
オリーブ油…小さじ1

※たまねぎ（写真奥）で作る場合は、1/4個（50g）を使用。

半熟ベーコンエッグを作ろう！



【電子レンジで手軽に】

エッグベーカーを水にくぐらせて、水気をふく。ベーコン1/2枚、卵1～2個を入れて塩、こしょうをし、つまようじなどで卵全体に数か所穴を開ける。ふたをして、電子レンジで加熱する（加熱時間は左下の表を参照）。

※機種により加熱時間が異なるため、様子を見ながら加熱してください。※加熱しすぎると卵が破裂することがありますのでご注意ください。

【直火でゆっくり】

エッグベーカーにベーコン1/2枚、卵1～2個を入れて塩、こしょうをする。ふたをせずにごく弱火で半熟になるまでゆっくり加熱する。※小サイズは直径が小さいため、餅や魚などの焼き網を敷いてお使いください。

※電子レンジ・直火どちらも、好みの仕上がりになるまで、ふたをして1～2分余熱調理をしても。

卵の個数と使用サイズ
電子レンジでの加熱時間の目安

卵	1個	2個
サイズ	小または大	大
300W	約1分30秒	約3分
500W	30～40秒	1分～1分30秒