

# デビルドエッグ



複十字病院  
FUKUJUJI HOSPITAL  
Japan Anti-Tuberculosis Association

## 【材料】 材料(6個分)

ゆで卵	3個
アボカド	1/2個
無糖ヨーグルト	小さじ1
① マスタード	小さじ1/2
白ワインビネガー	小さじ1/2
塩	ひとつまみ
黒こしょう	ひとつまみ
マヨネーズ	適量

## 飾り

パプリカやハーブやトマト、キャビアなどお好みで。



## 【作り方】

1. ゆで卵は皮をむいて、縦半分に切る。
2. 卵の黄身を取り出してボウルに入れる。白身は別にしておく。  
アボカドは皮をむいて種を取り、1cm角の角切りにして、黄身と一緒にすり混ぜる。
3. 2に①の材料を入れてよく混ぜる。
4. 卵の白身のくぼみに3で混ぜたものを絞り入れて、彩りよく盛りつける。

## 料理のコツとポイント

塩加減は、お好みで調整してください。  
滑らかになるまで混ぜるとおいしく仕上がります。  
絞り袋で絞り出せば、おしゃれな仕上がりに♪