

han・han

卵焼きに正解はない。

甘い派？しょっぱい派？8人のこだわり大解剖

2026.11.04 hanhan No.0001 ¥000

zyouhou
じょうほう
情報
ジョウホウ
zyouhou
じょうほう
情報
ジョウホウ
zyouhou
じょうほう
情報
ジョウホウ
zyouhou
じょうほう
情報
ジョウホウ
zyouhou
じょうほう
情報
ジョウホウ

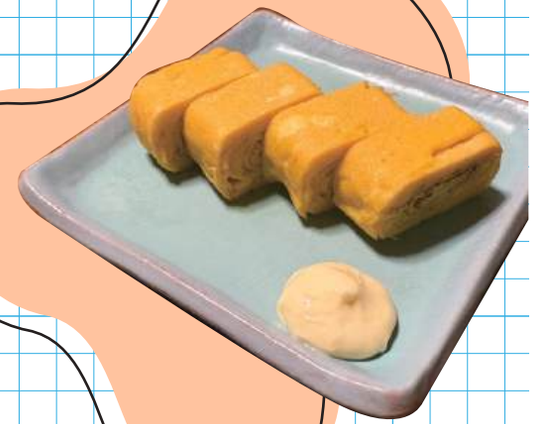
zyouhou
じょうほう
情報
ジョウホウ
zyouhou
じょうほう
情報
ジョウホウ
zyouhou
じょうほう
情報
ジョウホウ

みんなのたまご焼き

Saki Nodomi



Fuka Niiho

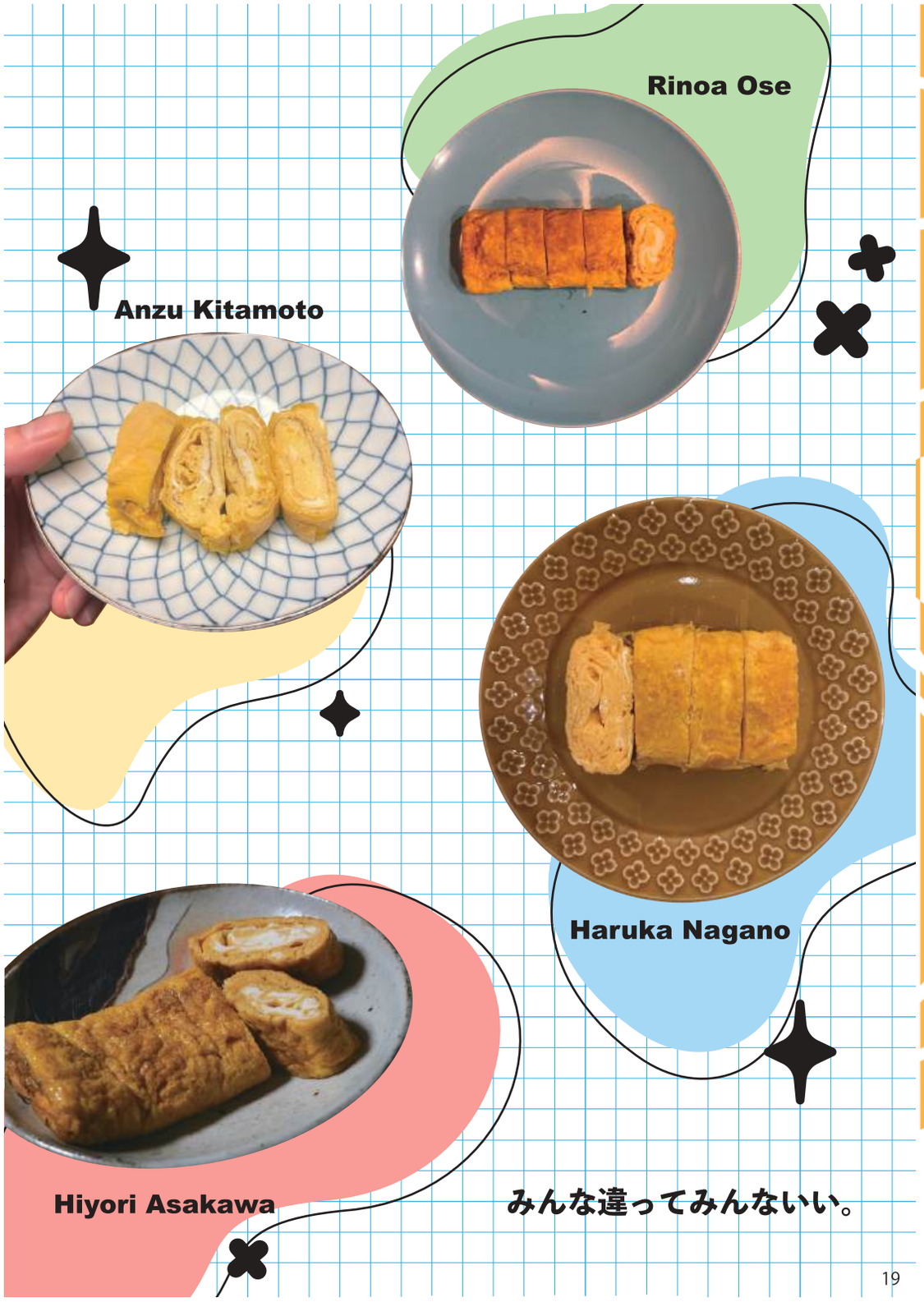


Shieri Oshima



Motoka Hirano





目次

情報
大島詩絵里 p2
新甫楓佳 p4
納富早希 p6
平野雅華 p8
企画
浅川ひより p12
大瀬梨乃亜 p14
北本杏 p16
永野陽香 p18
まとめ p20

しえりの卵焼き



作り方

1.卵をといで、砂糖を少し入れる

2.フライパンに油を引く

3.研いだ卵の2分の１をフライパンに注ぐ

4.巻く

5.残りの研いだ卵の2分の１を注ぎ、チーズを並べる

6.巻いて完成

材料

たまご　２個
白だし　適量
マヨネーズ　適量



ぜんぶいれてまぜまぜ



何回かに分けて焼く



ふうかの TAMAGO YAKI







ー材料ー

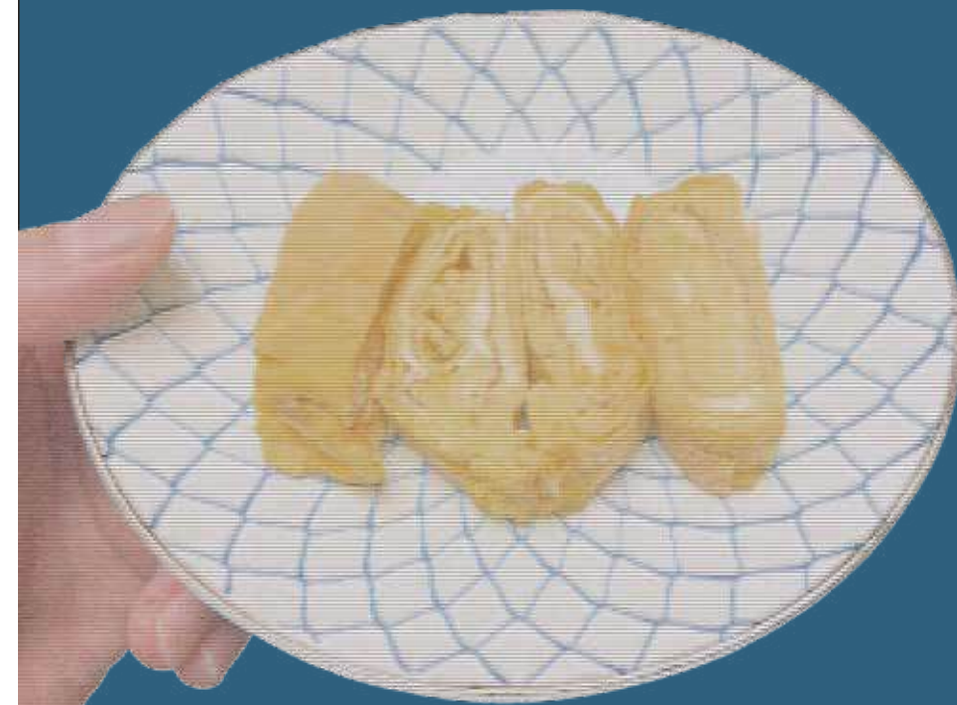
たまご	…	2個
白だし	…	小さじ1
みりん	…	小さじ1/2
水	…	大さじ1
油	…	適量

①ボウルに卵２個と調味料を入れ、よく混ぜ合わせる。
②卵焼き器に油を薄く引き、中火で熱する。
③卵液を少量流し入れ、奥から手前に向かって巻く。
④卵液がなくなるまで、卵液を足して巻く作業を繰り返す。



いびつな形がいとおしい

卵やき



17

ながのはるかのたまごやき



制作過程

1



2



3



4



5



完成



こだわり

チーズを入れることで、
クリーミーさが増す!

卵2コ

さとう　今日つかれたふぐん

しお　ちょっと

水　さっと

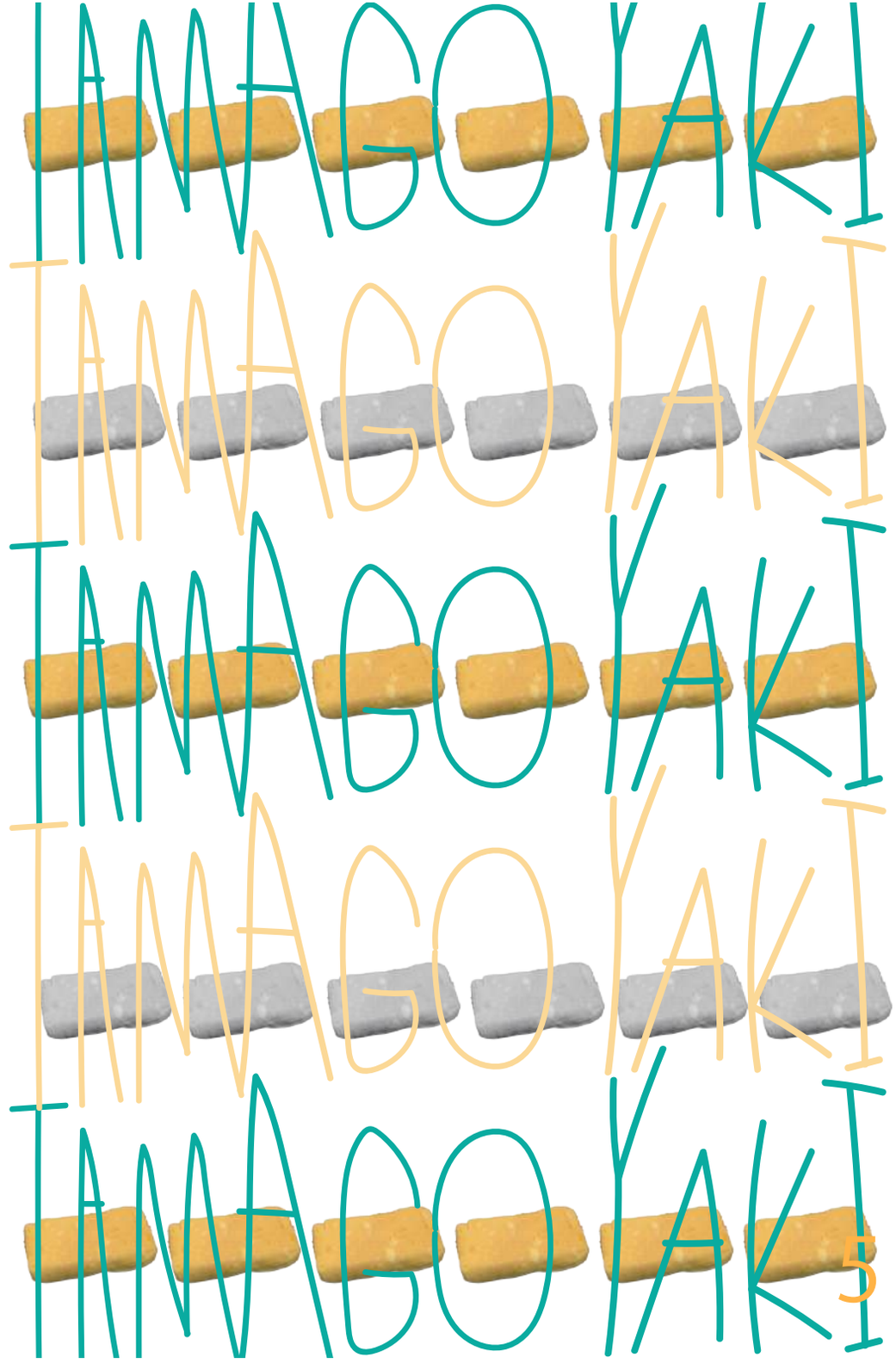
だし　ぴゅっと

調味料まぜまぜ

みずちょっといれてくっきを入れながらまぜまぜ

4かいに分けていれる

卵やきのフライパンがないのでおりたたむ



のうどみ さきの
たまご焼き

材料

・卵　２個
・出汁　大さじ１
・牛乳　大さじ２
・サラダ油　少量



作り方

1. 卵液を作る。
   卵をボウルに割り入れ、出汁、牛乳を加える。



2. 卵液を混ぜる。
   卵液を泡立てず、卵白を切るように混ぜる。



3. 卵焼き器に油をしき熱する。





多めに油をしいて下さい。
卵をまめやすくなります(個人的にそう思います)。





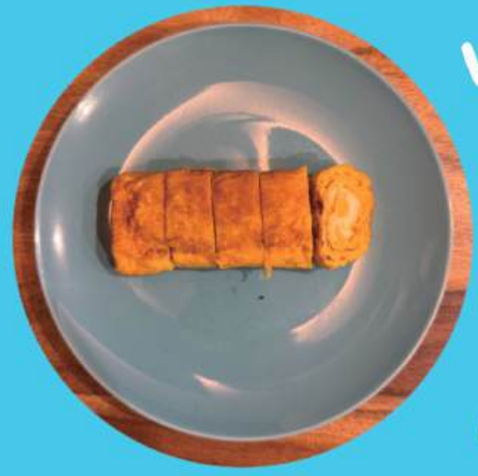
卵液の$\frac{1}{6}$ぐらいをフライパンに入れます。





ちょっと焼き色がついたら、まめていく。
まめたら、また油をしく





いつの間にか
完成
めっちゃスウィートだよ

ひらのもとかの

あまーい玉子焼き





ざいりょう

卵：２個

しょうゆ：てきとう



つくりかた

①卵としょうゆをかきまぜる

②フライパンに油をしいてあたためる

③卵液をそそいで、固まる前にかきまぜる

④お箸でくるくる巻く

⑤③~④をもう一回

⑥フライパンの上でしばらく放置して

焼き目をつけたら完成〜



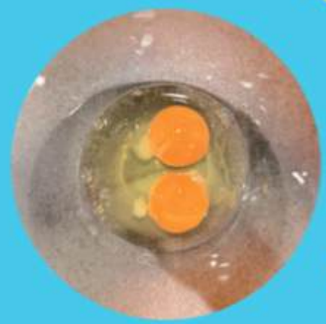


おおせの たまごやきの作り方



材料

卵 … 2コ
牛乳 … 大さじ2
砂糖 … 角め
塩 … ひとつまみ



全部
入れて
まず混ぜる。







砂糖は
下に溜まりやすいよ。

4. 卵を焼く。

十分に温まった卵焼き器に卵液を３分の１程度流し込み、焼けてきたら手前に寄せる。



5. 卵を巻く。

卵焼き器の空いた部分に残りの卵液を少量流し込み、ひっくり返しながら巻く。



完成



企画
きかく
キカク
KIKAKU



シンプル！

ひよりの卵焼き

材料
卵３個
塩・砂糖 1:4





① ボウルに卵、塩砂糖を入れ、よく混ぜる。

②温めたフライパンに油を敷き、強めの中火で①の４分の１を流し入れる。



③ 流し入れた卵を手前にかき集め、固まったら火を強めの弱火にし、①の４分の１を流し入れる。このとき固まりの下にも液体をもぐりこませる。



④ ある程度固まってきたら巻く。①で作った液体がなくなるまで③④を繰り返し、形を整えたら完成。