

# 番茄炒蛋

## Tomatoes and Eggs



### TIME 时间

Cooking 烹饪 20 min.

Baking 烘培 0 min.

Resting 静置 0 min.

### INGREDIENTS 原料 (2人份)

4个 番茄  
4个 鸡蛋  
2汤匙 糖  
2汤匙 盐  
葱  
食用油

### UTENSILS 器具

刀, 砧板, 小碗, 炒锅, 锅铲

### STEPS 步骤

**STEP 1** 原料: 4个番茄, 葱

器具: 刀, 砧板

将番茄切成瓣装, 葱切片。

**STEP 2** 原料: 4个鸡蛋, 食用油

器具: 小碗, 炒锅, 锅铲

将鸡蛋打入小碗中搅拌均匀。将食用油倒入炒锅中, 用中高火加热后, 转中小火, 倒入蛋液并用锅铲不断搅拌, 翻炒直到大部分蛋液凝固, 将鸡蛋盛入小碗中备用。

**STEP 3** 原料: 食用油, 2汤匙糖, 2汤匙盐

再次向炒锅中加入食用油, 放入葱花, 炒约**1分钟**至炒出香味。向锅中加入番茄, 并加入糖和盐调味。转中小火, 加盖炒**5分钟**至番茄软烂, 期间偶尔开盖翻炒。将鸡蛋重新加入锅中, 翻炒至所有食材混合均匀, 鸡蛋全熟后出锅。尽情享受!