



Colorful friend's

フレンチトーストを作ろう♪

	ねん 年		がつ 月		にち 日	
--	---------	--	---------	--	---------	--



今回はいくつかの工夫をして、

ふわふわで美味しいフレンチトーストを作ります！



材料 (二人分)

・食パン → 4枚 (4枚切りの分厚いもの)

☆卵 → 3個

☆牛乳 → 180cc

☆砂糖 → 大さじ2

☆バニラエッセンス → 2振り

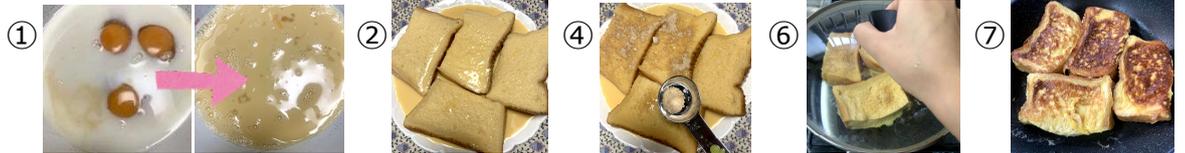
・バター → 大さじ1

・砂糖 → 大さじ1

●バナナ → 1本

●はちみつ または メイプルシロップ → 好きなだけ

作り方



- ① ボウルに ☆ を入れてよく混ぜる。
- ② 耐熱皿 (電子レンジで使えるお皿) に、半分に切った食パンと ① の卵液を入れる。
- ③ 500w のレンジで 1 分間 チンしたら、食パンをひっくり返してもう 1 分間 チンする。
- ④ お皿をレンジから取り出し、食パンに大さじ 1 の砂糖を振りかける。(この工夫で、カリッとした食感に♪)
- ⑤ フライパンを弱火にして、バターを溶かす。
- ⑥ バターが溶けたら ③ の食パンをのせ、蓋をして弱火のまま 5 分間焼く。
- ⑦ ひっくり返したら蓋をしてまた 5 分間焼く。(その間にバナナを輪切りにする。)
- ⑧ お皿に盛って、●をトッピングしたら完成♪

