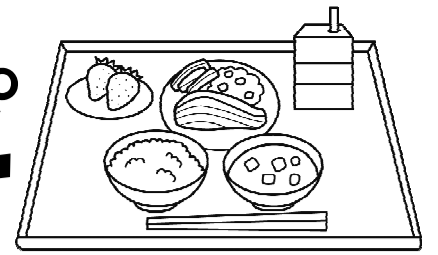




大北小の給食 レシピ



料理名

フレンチトースト



材料名	分量(4人分g)	切り方等	作り方
食パン(6枚切り)	4枚		① 牛乳に砂糖を入れてよく溶けるまでかき混ぜる。
有塩バター	8		② ①に溶いた卵、バニラエッセンスを加えてさらによく混ぜる。
牛乳	200		③ ②の液に、食パンを浸す。
上白糖	28	大さじ3強	④ フライパンにバターを入れて溶かし、③を焼く。
卵	90	小2個	⑤ 焼き目がついたら裏返して、ふたをし、弱火で3分ほど焼く。
バニラエッセンス	数滴		

【ポイント】

- ★お好みではちみつやメープルシロップ、粉糖をかけてお召し上がりください。
- ★純ココアを一人分で1g、卵液に混ぜるとココアフレンチトーストになります。