



2026年3月

すくすく  
人気



## フレンチトースト

今月はふわふわとろとろのフレンチトーストのレシピを紹介します。切り方を工夫すれば卵液に短時間浸すだけで柔らかく仕上がるのでご家庭でもぜひ試してみてくださいね。

◆材料		〈 2枚分 〉
・食パン6枚切り	…	2枚
・牛乳	…	150cc
・卵	…	1個
・砂糖	…	大さじ1
・シナモンパウダー	…	少々
・バター	…	10g
◆飾り		
・ホイップクリーム	…	適量
・チョコシロップ	…	適量

### ◆作り方

- ① ボウルに砂糖と卵を加えて泡だて器でよく混ぜる
- ② 1に牛乳とシナモンを加えて更に混ぜる。
- ③ 食パンを繊維を断つように横半分に切り、片面2分ずつ2につける
- ④ 弱火に熱したフライパンにバターを半分溶かし、3を入れて焼く  
焼き色がついたら裏返し残りのバターを加えてこんがりするまで焼く
- ⑤ ベヤやすく切って器に盛り、ホイップとチョコシロップをかけて完成

### ◆ポイント

- ・食パンは繊維を断つように切ることで卵液が染み込みやすくなります
- ・粉糖をふったり、バナナなどのフルーツを乗せても美味しいですよ

