



野菜と果物の食パンでつくる  
チーズフレンチトースト



材料 作りやすい分量(2人分)

野菜と果物の食パン・・・2枚  
卵・・・1個  
牛乳・・・100ml  
スライスチーズ・・・2枚  
バター・・・8g  
粉チーズ・パセリ・黒こしょう・・・適量

作り方

- ① 卵と牛乳を混ぜておく。  
「野菜と果物の食パン」は半分に切り、内側に切込みを入れる。スライスチーズを半分に切る。
- ② 「野菜と果物の食パン」の切込みにスライスチーズを入れ、卵液に浸す。
- ③ フライパンでバターを弱火で熱し、②を入れて3分ほど焼く。焼色がついたら裏返して3分ほど焼く。
- ④ 器に盛り、お好みで粉チーズ・黒こしょう・パセリをちらす。