

# ふ、ちふ、ちフレンチトースト



固くなったバケットも  
卵液をしっかり吸い込んだ  
バケットは、やわらかくなり  
朝食にもおいしく食べれます。

## 材料(4人分)

- |       |       |                  |       |
|-------|-------|------------------|-------|
| ・バケット | …240g | ・粉砂糖             | …小さじ4 |
| ・卵    | …100g | ・メープルシロップ        | …小さじ1 |
| ・牛乳   | …200g | ・ブルーベリージャム等(好みで) |       |
| ・砂糖   | …18g  |                  |       |
| ・バター  | …7g   |                  |       |

## 作り方

- ①ボウルに卵を割り入れ、泡立て器で良く混ぜ合わせてほぐし、牛乳と砂糖を加えてよく混ぜる。
- ②バケットを1人2切れずつに切り、バットに並べ、①を流し入れて30分浸す(15分立ったら上下を返す)。
- ③フライパンにバターを中火で熱し、②のパンを並べて焼く。  
焼き色がついたら上下を返す。
- ④ふたをして弱火にし、2分間程度蒸し焼きにする。
- ⑤皿に盛り、茶こしで粉砂糖をふり、メープルシロップをかける。