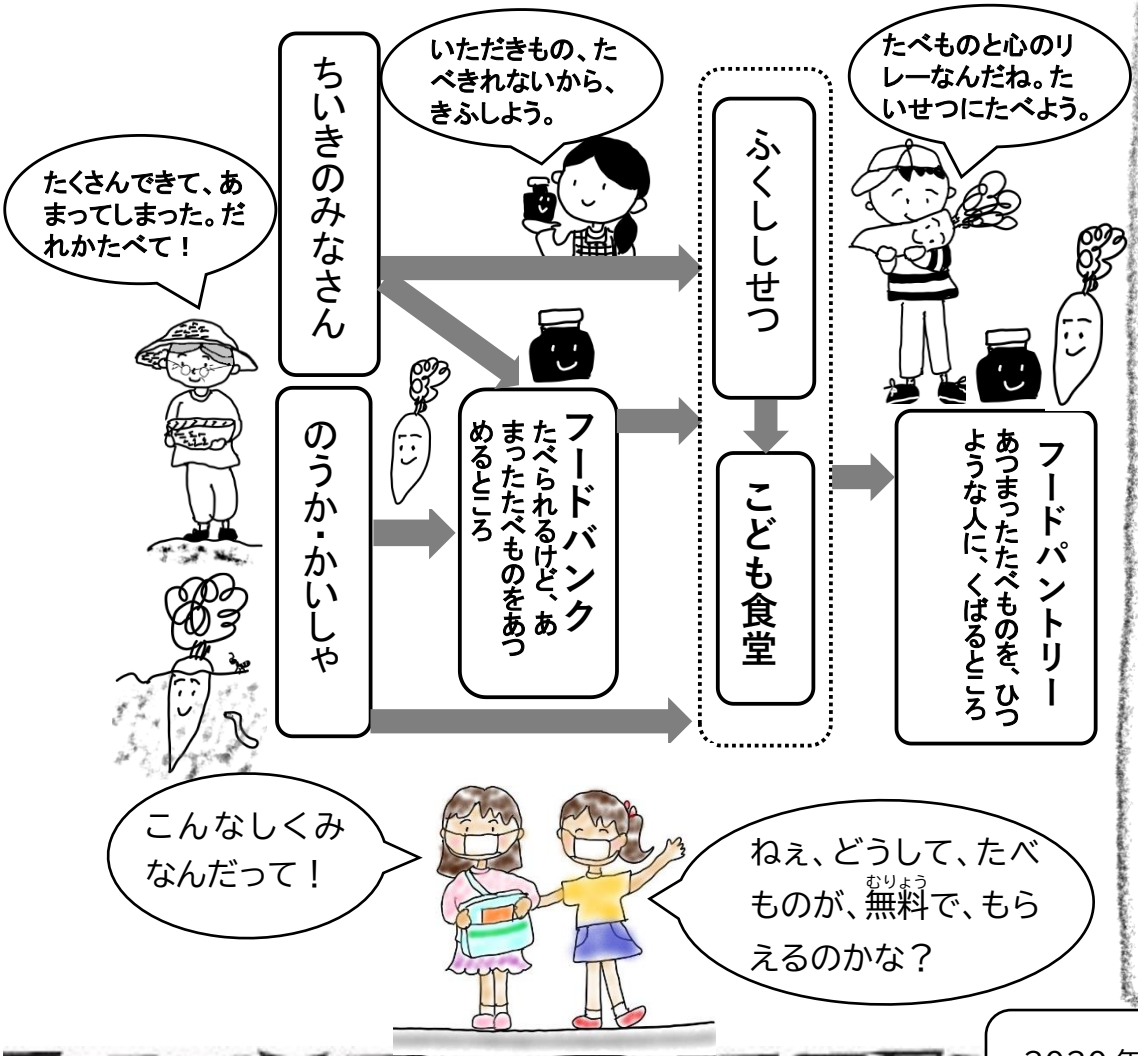
じぶん こども😊食堂しんぶん



2020年11月発行
子ども食堂流山から風流

マグカップフレンチトーストのつくり方

じぶんでできちゃう こども😊キッチン

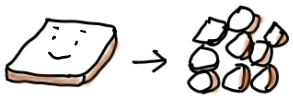
ざいりょう（1人分）

- 食パン1まい
- たまご　1こ
- ぎゅうにゅう 80cc
- さとうスプーン1杯

おこのみで、はちみつ、チョコレート、ほしブドウなどをトッピング。

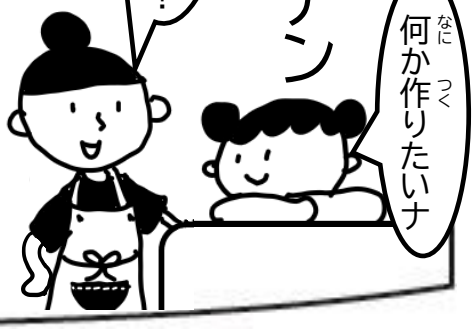
つくりかた

1. パンを 10 きれぐらいに、ちぎる。



2. マグカップにぎゅうにゅう、たまご、さとうを入れてフォークでまぜる。

3. ちぎった食パンを入れて、しみこませる。

4. マグカップにふんわりとラップをかけて、電子レンジ（600W）で 1分半ほど温める。アツアツでも、冷やしてもおいしいよ。

やけどにちゅういしてね！