

入賞

ミルクたっぷりフレンチトースト

岐阜県瑞穂市 岐阜大学 安部 なつみ



材料
(4人分)

[フレンチトースト]

牛乳 …………… 320ml
食パン(5枚切り) …………… 3枚
卵 …………… 5個
砂糖 …………… 大さじ4
バター…………… 適量

[ソース]

牛乳 …………… 360ml
砂糖 …………… 大さじ4
好きなフルーツ…………… 適量
ミント…………… 適量

作り方 作業時間 約50分

〈ソース〉

1. 鍋に牛乳(360ml)と砂糖を入れる。
2. 中火で約10分火にかけ、とろみがつき半量になる木べらで混ぜる。

〈フレンチトースト〉

1. ボウルに卵・牛乳(320ml)・砂糖を加えて混ぜる。
2. 4つ切りにした食パンを浸す。(約2分、裏返して1分)
3. 弱火で温めたフライパンで2. をバターで約5分焼く。裏返して蓋をしてさらに5分焼く。
4. ミルクソースとフルーツ・ミントを乗せる。



審査委員長のアドバイス

フレンチトーストの応募が多い中、ソースにもミルクを使っていたことで入賞となりました。ソースはアイスやフルーツにかけたり色々使えそうですね。