

カテェネ 農食ツアーリズム 「いちご」を使ったレシピ



いちごと練乳とチョコレートの フレンチトースト

いちごとチョコをプラスした
スイーツ感覚で楽しめる
ふわふわのフレンチトースト。



●おいしく作るポイント●



POINT 1

板チョコはお好みで。甘すぎるのが苦手な方は入れなくてもOK



POINT 2

時間があれば半日～1日、液がなくなるまで浸します

〈材料（2人分）〉

- いちご 6個
- 食パン（4枚切り） 2枚
- 板チョコ 1枚
- 卵 3個
- 牛乳 180cc
- 練乳 45g
- バニラエッセンス 適量
- バター 適量
- 練乳（後がけ用） 適量
- フレッシュミント

〈作り方〉

1. いちご2個を3mm厚の輪切りにし、残りの4個を角切りにする
2. 食パンは横半分に切り、包丁で真ん中に切り込みを入れてポケットを作り、4分の1に割った板チョコと輪切りのいちごを挟み入れる (point1)
3. 卵、牛乳、練乳、バニラエッセンスをボウルに入れて混ぜる
4. パットに3を入れ、2を裏表返しながら10分以上浸す (point2)
5. フライパンにバターを入れ、中火で温めたら4を入れ、焼き色がつくまで弱火で焼き、裏返して反対側も同様に焼く
6. でき上がったら縦半分に切って皿に盛りつけ、角切りのいちごのをせ、練乳をかけて、フレッシュミントを飾る