

みかんジュースのフレンチトースト

1人分 403Kcal



【材料 (4人分)】

バケツト……………(中) 1本
みかんジュース…………… 400cc
卵…………… 2個
砂糖…………… 大3

バター…………… 適量

生クリーム……………50cc
砂糖…………… 大 1/2

粒あん…………… 大4
ミント…………… 少々

【作り方】

- ①バケツトは、4cm厚さの斜め切りにする。
- ②みかんジュース、卵、砂糖をよく混ぜ①のバケツトを漬
け込む。
- ③フライパンに、バターを入れ②を両面きつね色に焼く。
- ④皿に盛り、生クリームのホイップ、粒あんをかけミント
を添える。(マーマレードをかけてもよい。)

- * ビタミンC クエン酸が摂取出来る。
- * 果汁 100% みかんジュース使用。