

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。