

チョコバナナフレンチトースト

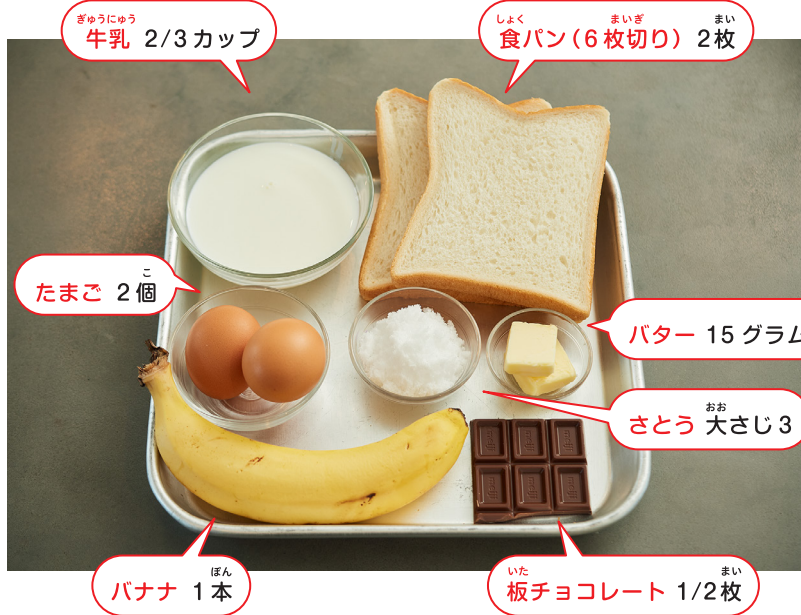
／つくってみよう！／

きゆうじつ 休日かぞくごはん



りょうりけんきゆうか
料理研究家
コウケンテツ

ざいりょう 材料 (2人分)



ぎゆうにゆう 牛乳 2/3カップ

しよく 食パン (6枚切り) 2枚

たまご 2個

バター 15グラム

さとう おお 大さじ3

バナナ 1本

いた 板チョコレート 1/2枚

らんえき 卵液がこれくらい少なくなるまで、しっかりすわせてね！

つく 作り方



しよく 食パンは4等分に切って、耳を切りおとします。



バナナは皮をむいて、1センチ幅に切ります。



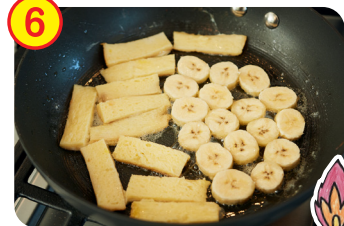
バットにたまごを割ってほぐし、牛乳、さとうをしっかり混ぜて、「卵液」をつくります。



①の食パンと耳を③に入れて、ひっくりかえしながら、卵液がなくなるまで全体にしみこませます。



フライパンにバター10グラムを入れて火にかけてとかし、④を並べてこんがり焼きます。焼けたらうら返して、ふたをして2分ほどおし焼きにして、お皿にも盛ります。



のこりのバター5グラムをフライパンに入れて火にかけてとかし、バナナと食パンの耳を焼いて、⑤と一緒に皿に盛ります。



チョコレートをこまかく割って、たいねつの器に入れて、レンジで1分ほどチンしてときます。



フォークなどをつかって⑦を⑥にかけ、おこのみで粉ざとうをかけて、できあがりです！