

豆汁生活で♪簡単フレンチトースト♡

牛乳や生クリームを使わなくても、こってり濃厚なフレンチトーストが完成！

丸ごと大豆粉末「豆汁生活」が入っているので、
大豆の優しい甘さも加わり、大人も子供も大満足な一品に(o^^o)

■材料（2人分）

6枚切の食パン→3枚

卵→2個

☆豆汁生活→大さじ4

☆水→200cc

★メープルシロップ→30g

★バニラエッセンス→少々

★ブランデー→少々

和の玄米オイル→少々

バター→適宜



■作り方

- 1、 溶いた卵、良く合わせた☆、★をバットに入れる。
- 2、 そこに適当な大きさにカットした食パンを並べ、
両面1の液がヒタヒタに浸かる様30分～1晩おく（冷蔵庫で）。
- 3、 和の玄米オイル、バターを入れて温めたフライパンで、
両面焦げ色が付くまで焼いたら完成♪

■メモ(コツ、ポイント)

* 甘さはメープルシロップの代わりに、はちみつや甜菜糖でも代用出来ます。

* お子様が食べる場合は、ブランデーを抜いて下さい。

* フライパンに入れる油は、なたね油やサラダ油でもOKです。

* パンを浸す時間は、長ければ長いほど焼き上がりがクターっとした
パンになりますので、お好みで調整して下さい^^