

ブルーベリーチーズの フレンチトースト

調理時間

約15分

1人あたり
カロリー

629
kcal



※写真はイメージです。

ブルーベリーチーズの フレンチトースト

●調理時間/約15分 ●カロリー/629kcal(1人あたり)



材料 2人分

A	食パン6枚切り	2枚	B	冷凍ブルーベリー(解凍する)	70g
	卵	2個		クリームチーズ	100g
	牛乳	200ml		はちみつ	小さじ2
	砂糖	大さじ2		バター	20g

★こちらのレシピは「はちみつ」を使用しておりますので、1歳未満の乳児には食べさせないでください

作り方

- ① 食パンを4等分に切る。
- ② Aを合わせてしっかりと混ぜ、卵液を作る。①で切った食パンを卵液に浸す。
- ③ フライパンでバターを熱し、②の食パンを焼く。
焼いている間にBを合わせてしっかりと混ぜ、ブルーベリーチーズをつくる。
- ④ 焼き上がったフレンチトーストにブルーベリーチーズをのせ、器に盛り付ける。



ココが
ポイント

フレンチトーストが甘い分、ブルーベリーチーズは甘さ控えめに仕上げます。