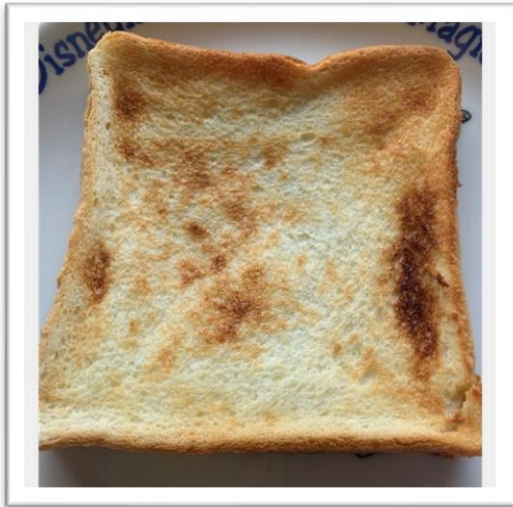




ミルクトースト

材料（1人分）

食パン（6枚切り）	1枚
バター	5g
砂糖	大さじ1
牛乳	50g



作り方



①、バターを電子レンジで30秒程度加熱する。②、砂糖を加える。



③、牛乳を加えて混ぜる。



④、食パンに③を染み込ませ、トースターで焦げ目がつくまで焼く。

ワンポイントアドバイス

- ・④お皿やバットなどに薄く広げ、パンの両面につけるとすぐに染み込みます。
- ・ふわふわもちもちで甘く、おやつにぴったりです。さらに牛乳も飲むと、カルシウム不足を解消できます。