



フレンチトースト

フレンチトーストは、ヨーロッパの様々な国で作られていたことが記録に残っており、その歴史は古代ローマ帝国に遡る。語源については、アメリカで1724年にニューヨーク州オールバニーの酒屋の店主「ジョーゼフ・フレンチ」が命名したとされている。第一次世界大戦のアメリカ軍ではほぼ同様の製法の物が「ミルクトースト」と呼ばれていたこともある。

<材料 20人分 食パン1枚を4等分にした1枚当たり 99.5kcal>

- ・食パン 5枚
- ・バター 35g
- ・卵 2個
- 牛乳 400ml
- ・砂糖（パルスweet使用）10g
- ・ホイップクリーム 130ml
- ・イチゴ20粒

<作り方>

- 1) 卵と牛乳と砂糖をボールに入れてかき混ぜる。
- 2) ホイップクリームを冷やしながら角が立つまで泡立てる。
- 3) 食パンを4等分に切り、1のボールの中に入れる。
- 4) ホットプレートにバターをひいてボールの中のパンを焦げめがつくまで焼く。
- 5) お皿に盛りつけ、生クリームとイチゴを盛りつけて完成です。

<あとがき>

今回はシンプルなフレンチトーストを作りましたが、抹茶やココアなどお好みの味にしてお楽しみください。また、果物も季節の物を使うとよりオリジナルのフレンチトーストが出来上がります。少し硬くなってしまったパンでも出来ますので、是非作ってお召し上がり下さい。

