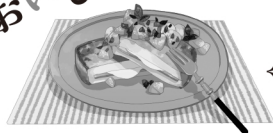


まもりと
葉二の

おいしいベランダ。クッキングレシピ 4



{ オレンジとバジルの おかずフレンチトースト }

材料(厚切り食パン一枚ぶん)

- | | | | |
|----------|-------------|----------|-----------|
| ・食パン | ……………四枚切り一枚 | ・オレンジ | ……………一個 |
| ・卵 | ……………二個 | ・バジルの葉 | ……………五〜六枚 |
| ・牛乳 | ……………大さじ二 | ・オリーブオイル | ……………小さじ一 |
| ・ハム | ……………一枚 | ・塩 | ……………少々 |
| ・スライスチーズ | ……………一枚 | ・バター | ……………十グラム |

- 1 バットに卵を溶きほぐし、牛乳を入れて混ぜる。
- 2 食パンを半分に切り、内側に切れ目を入れてポケットを作る。
ポケットの中に、半分に切ったハムとスライスチーズを入れる。
- 3 ①の卵液に②で作ったパンを浸し、途中でひっくり返す。
- 4 オレンジの皮と薄皮をむき、バジルの葉はみじん切りにする。
ボウルに入れ、オリーブオイルと塩少々を入れて和える。
- 5 フライパンにバターを熱し、③を中のチーズが溶けるまで、
弱火で両面じっくり焼く。
- 6 皿に取り、上に④のをせてできあがり。

一口メモ

オレンジの薄皮をむくのが最高に
イライラしますが、味にそこまでの影響は
ないので、できる範囲でOKです!

まもり

いきなりぶっちゃけるな

キッチンバサミで房の上の方を切ると、早いかも

まあやりたいようにやってくれってことだ

どうぞなにとぞ召し上がれー