

食パンで作ってみたよ。

今回は、2種のフレンチトーストとラスクを作ってみました。



さくさくラスク

材料：パンの耳6枚分 バター20g 砂糖 30g

作り方

- ①パンの耳を1cm 角に切り、平たいお皿に重ならないように並べ、ラップをかけないで、500w で2分加熱。(焦げやすいので注意 ※機種によって時間は加減してください。)
- ②ざるにあけ少し振って冷まし、お皿に置くだけでカラカラと音がするくらい水分を飛ばす。足りない場合は追加で加熱する。
- ③フライパンを熱し、バターを敷きカラカラになったパンを加えてお箸で焦げないように炒る。砂糖をいれきつね色になるまで炒る。

※砂糖以外でも、「オリーブオイルと塩」など色々な味付けができますよ。



ロールフレンチトースト

材料：食パン4枚 A (バナナ2本 バター10g 砂糖 10g) B (溶き卵1個 牛乳 15ml 砂糖 5g) バター10g

作り方

- ①食パンの耳を切り、麺棒で薄く伸ばす。
- ②バナナをスライスする。フライパンにAを入れ、バナナをくずしながら加熱する。器にとって冷まして置く。
- ③パンにバナナをのせて巻き、巻き終わりにBをぬる。
- ④Bで③をコーティングし、熱したフライパンにバターを入れこんがり焼く。

※生協の食パンで作る場合、復元力が高いため、巻き終わりが戻りやすいです。
※バナナ以外でもジャム、あんこを巻いても美味しいです。



ふんわりフレンチトースト

材料：卵4個 牛乳 250ml 砂糖 40g 食パン6枚 バター又はマーガリン少々 サラダ油少々

作り方

- ①卵、牛乳、砂糖を混ぜ合わせたものに、みみを切り落とした食パンをいれ、冷蔵庫で1時間半漬け込みします。(途中で上下を入れ替える。)
 - ②フライパンに、バターとサラダ油を敷き、弱火でふたをして8～9分程焼きひっくり返してさらに5～6分焼いて焼き目がついたら完成。
- お好みでメープルシロップやジャムをかけてお召し上がりください。

※食パンの漬け込み時間を長くするとよりふんわり感が増します。

コプ子さんの
ここが
オススメ!

●ふわふわで口あたりなめらかな卵●

原料の卵は、割った卵をホールのまま冷蔵で仕入れ、鮮度の良いうちに使用。さらに卵白を加えることで、ふんわり感をアップ! 焼き上げは上下から熱を加えて短時間で一気にいきふくら、なめらかな口あたりの薄焼き卵に。やわらかいので破れないよう、人の手でひとつひとつ丁寧に包んでいます。

ふくら焼いた卵で、ひとつひとつ手包み



●手間のかかるオムライスがレンジ調理で●

袋に穴を開け、電子レンジでチンするだけで、おいしくて見た目もきれいなオムライスが手軽に食べられます。ランチや夜食、子供の塾前の軽食などに便利。

コプ子さんのピックアップ商品 5月号

トマトの風味豊かなチキンライスを、ふんわり柔らかな卵で包みました。

co-op

ふくら卵のオムライス



手作り風のおいしさを、レンジ調理で、

国産素材にこだわった

冷凍オムライスです。

「原料の産地が気になる」との組合員さんの声に応じて、2017年7月より、原料の米・たまねぎ・にんじん・鶏肉・卵を国産に限定しました。調味料など産地限定が難しいものを除き、主要な原料はすべて国産です。



C. ふくら卵のオムライス
2食入り(200g×2)
本体 428 円(8%税込 462 円)
賞味期限 365 日

ひと手間かけて、お子さまランチや、カフェ風のワンプレートごはん、お弁当に入れるなどアレンジすれば、さらに楽しみ方が広がります。ミートソースと合わせてタコライス風、カレーと合わせてオムカレーもおすすめです!