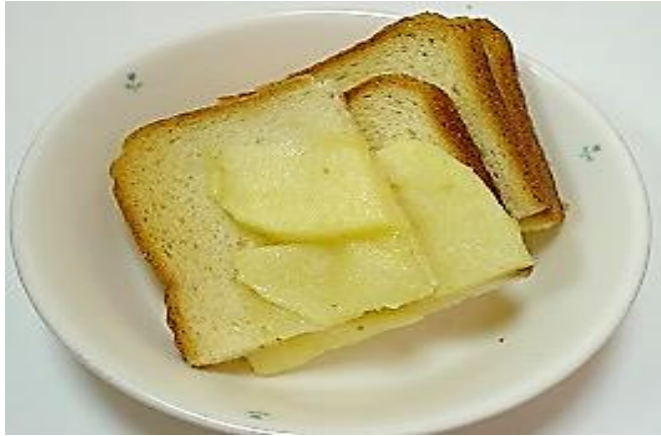




おやつ

りんごトースト



- 10枚切り食パンを使ってもいいです。
- りんごを粗いみじん切りにし、グラニュー糖とバターを混ぜ合わせてからパンにのせてもいいですよ。

Energy
エネルギー

127kcal

Protein
たんぱく質

1.9g

Lipid
脂質

5.9g

材料(1人分)	分量(g)
8枚切り食パン	1/2枚
りんご	25
グラニュー糖	4
バター	6

作り方

ワンポイントアドバイス



大人はシナモンをかけてもおいしいです。
簡単にできるので朝ごはんにもいいですね。

- ① りんごは芯をとり皮をむいて薄切りにする。
- ② 食パンの上りにんごの薄切りを並べ、溶かしバターとグラニュー糖をかける。
- ③ トースターで焼き、食べやすい大きさに切る。