

## ココアフレンチトーストとココアづくり



### ココアフレンチトーストレシピ（4人分）

食パン 4枚  
ココア 大さじ 4杯  
砂糖 大さじ 5杯  
卵 2個  
牛乳 大さじ 4杯 60cc  
バター 一人前8グラム  
シュガーパウダー適量

- ①ココアと砂糖を混ぜ合わせ、溶き卵を加え擦り混ぜる。更に牛乳を混ぜ合わせる。
- ② ①で混ぜあわせたココアに、半分に切った食パンを浸し、ココアを吸わせる。
- ③フライパンにサラダ油を薄く敷き、②をおいて蓋をして焼いていく。
- ④こんがり焼けたら裏返し、バターをのせて蓋をし、バターがほぼ溶けたところでもう一度裏返してバターをからめる。
- ⑤お皿に盛りつけたらシュガーパウダーを適量まぶしてできあがり。

### ココアドリンク（4人分）

ココア 小さじ 4杯  
砂糖 小さじ 4杯  
ミルク 600cc

- ①手鍋にココアと砂糖を入れる。一人分の分量は、それぞれスプーン1杯（約5g）が目安。冷たいミルクを少量（大さじ1~2）加え、なめらかなペースト状になるまでよく練る。
- ②手鍋を中火にかけ、一人あたり150ccのミルクを少しずつ加えながらよくかき混ぜる。沸騰直前に火からおろしてできあがり。