

## おすすめレシピ

◎子どもに食べさせたい料理

～食パンを使ったおやつ～

<ティラミス風トースト> (こども一人当たりの分量)

食パン	25g
クリームチーズ	8g
砂糖	2g
ピュアココア	0.8g



1. クリームチーズを常温に戻し、電子レンジで軽く温めておく。
2. 1に砂糖を加えてよく混ぜる。
3. 食パンに2を塗り、4つに切り分ける。
4. 200℃に予熱したオーブンで3分ほど焼く。
5. 焼きあがったら4の表面に茶こしでココアを軽く振る。  
※ クリームチーズは冷えていると硬くあつかいにくいため温めて柔らかくしてからお使いください。

栄養価が高く子供のおやつに適しています。ココアをほんの少量アクセントに使ったおやつです。