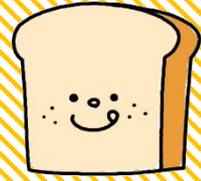
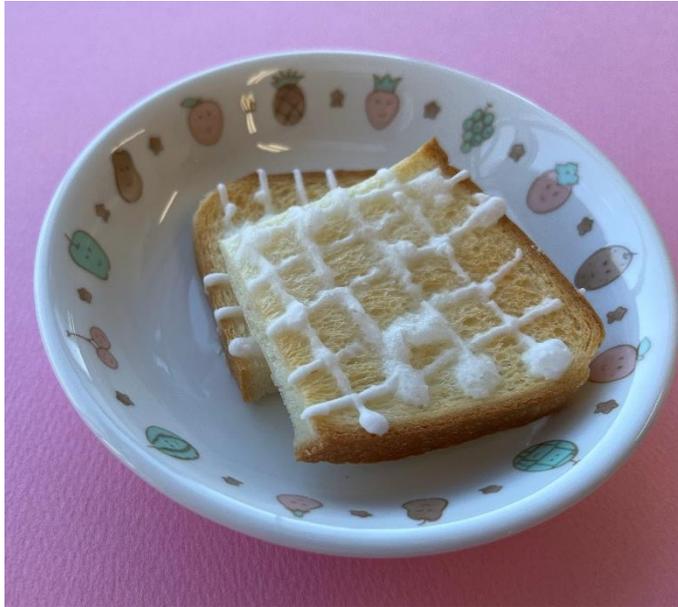


ラスク



残った食パンで簡単ラスク☆
水の代わりにレモン汁を使うと、レモンラスクになります。



材料（子ども4人分）

食パン（10枚切）	2枚
粉砂糖	20g
水	4g

作り方

- ① 食パンは4等分に切る。
- ② 粉砂糖は水でとく。
- ③ ②を食パンにぬる。
- ④ 160℃のオーブンで8～10分またはオーブントースターでカリっとするまで焼く。

栄養価（子ども1人分）

エネルギー：68kcal
たんぱく質：1.7g
脂質：0.8g
食塩相当量：0.2g



✿Let's 簡単クッキング✿



簡単にできるので、お休みの日のおやつに親子で作ってみてはいかがでしょうか？

粉糖を水で溶いたものをフリーザーバックなどに入れ、角を切って、好きな模様や絵を書いてみるのも楽しいですね。

