

キッズ料理教室

☆今日のモーニングはボクがわたしが作るよ☆

(材料 1人分)

1. ホットドック

ホットドックパン	2個
(又はロールパン)	
バター	1切
ウインナー	2本
レタス	5g
ツナ缶	20g
ミニトマト	2個
ケチャップ	適宜

- ①パンの中央に切り込みを入れ、内側にバターをぬります。
- ②ウインナーはゆでます。
- ③レタスは食べやすい大きさにちぎります。
- ④ツナ缶の油を切っておく。
- ⑤1個のパンにはウインナー、レタスをはさみます。
- ⑥もう1個のパンにはトマトとツナをはさみます。
- ⑦好みにケチャップをかけます。

2. フルーツラッシー

プレーンヨーグルト	60cc
水	25cc
牛乳	25cc
フルーツミックス缶	1/4缶

- ①材料をボールに入れて、泡立て器でよく混ぜ合わせる。
- ②コップに分けてフルーツミックスを加える。