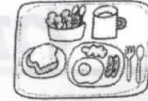




～潮来一中朝食レシピコンテスト！～

わが家の朝食レシピ



2年1組 生徒氏名 鶴町 僚大

(保護者氏名 鶴町 あゆみ)

*あてはまるポイントに○をつけてください。(複数可)

※匿名希望

時短 (10分以内)

野菜たっぷり (野菜 100g 以上使用)

洗い物が少ない

タイトル

朝からピリッと目覚ましカレートースト

＜材料＞ (1人分)

- 食パン 1枚
- とろけるスライスチーズ 1枚
- キーマカレー (前夜の残りや市販のレトルトなど) 200g 位
- パセリのみじん切り 適量
- バター 適量

＜作り方＞

- ① 食パンにバターをうすく塗る。
- ② その上にキーマカレーを均一にのばすようにのせる。
- ③ とろけるスライスチーズをのせてトースターで焼く。
- ④ パセリのみじん切りを散らす。

＜写真＞



ひとこと (レシピを考えたエピソード、作るときのポイントやどういう時に食べるかなど)

我が家の手づくりキーマカレーは野菜たっぷり！多めに作って翌朝も活用します！