



みんなで作ろう！ フランスの料理

～パン ペルデュ (pain perdu) ～

日本でも、フレンチトーストとしてよく知られた料理です。フランス語で pain perdu は「失われたパン」を意味し、硬くなったパンを牛乳や卵で生き返らせることに由来しています。フランスでは、デザートとして食べられることが多いようです。

<材料 (4名分)> 所要時間約 60 分

- ・食パン 4 枚
- ・牛乳 400ml
- ・砂糖 110g
- ・卵 1 個
- ・ラム酒 8g
- ・バター 30g



<作り方>

- ①鍋で牛乳を温める。
- ②ボールの中で、砂糖と卵を混ぜ、ラム酒を足す。
- ③上記②のボールに牛乳を入れる。
- ④深さのあるトレーに食パンを並べ、その上に③の液をかける。
- ⑤上記④の食パンを 15 分後に裏返す。
- ⑥更に 15 分後、フライパンにバターを入れて、食パンを入れて焼き、しばらくしたらひっくり返す。

