

カフェ風！アボカドエッグトースト

◆材料

- ・食パン 8枚切り1枚
- ・卵 Mサイズ1個
- ・アボカド 1/2個 70g
- ・スライスベーコン 3枚
- ・マヨネーズ 大さじ1/2杯
- ・塩 少々
- ・こしょう 少々



材料費

およそ150円

包丁、まな板、

トースターがあればOK!

◆作り方

- ①アボカドは5mm程度の薄切り、ベーコンはトーストにのせる長さにカットします。
- ②食パンの上にマヨネーズをしっかりと塗り、その上に中央をあけてベーコン、アボカドの順にのせます。卵は割って中身を中央に落とします。
- ③具材をのせた食パンに塩とこしょうをかけます。(量はお好みで)
- ④③にアルミホイルを上から(蓋のような感じで)かぶせて、トースターに入れて600Wで10分間焼きます。
- ⑤卵とベーコンに火が通っているのを確認して完成です。(加熱時間はお好みで。足りない場合は加熱時間を増やしてください。)