

## 明太スフレトースト



明太卵液をぬった部分がグリルで焼くことで、ふっくらとスフレのように盛り上がりました。ひと口頬張ると、明太子のプチプチとしっとり卵がクセになります。

### 材 料

(2人分)

食パン	2枚
牛乳	50ml
溶けるチーズ	大さじ1
明太子	1/2腹
卵黄	1個分
マヨネーズ	大さじ2

### 作り方

- 1 小鍋に牛乳、溶けるチーズを入れて弱めの中火にかけ、チーズを溶かす。
- 2 明太子は薄皮を切り、中身をスプーンで取り出してボウルに入れる。
- 3 2のボウルに卵黄、1を加えてよく混ぜる。
- 4 食パンにマヨネーズをぬり、その上に3の明太卵液をぬる。これらをクッキングプレートにのせる。
- 5 両面焼グリルは（上火、下火強）で3分予熱して4をクッキングプレートごと入れ、（上火弱、下火強）で4～5分焼く。

- ・食パンの表面全体にマヨネーズをぬり、その上によく混ぜた明太卵液をぬります。焼きムラができないように、スプーンで均一にのばしましょう。
- ・クッキングプレートを使うと、下火の熱がパンに均等に伝わり、網で焼くよりも焦げ目がつきにくいのが特長です。食パンが厚いと上火で焦げてしまうこともあるので、注意しましょう。