

行楽シーズンにおすすめ!



春のおでかけパン・レシピ!

天気の良い日には、パパッとつくれるサンドイッチを持ってお出かけしてみませんか!

食パン10枚切り使用
(サンドイッチ用)

ピタット♪ サンドイッチ

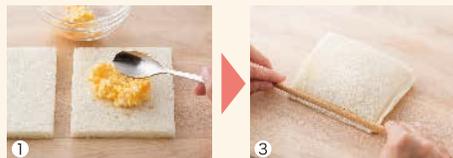
四角型

材料 (1人分)

食パン(10枚切り)…2枚、A(ゆで玉子(粗みじん切り)…1個分、マヨネーズ…大さじ1、牛乳…小さじ1)

作り方

- ①食パンは耳を切り落とし、パンの中央に混ぜ合わせたAのたまごサラダをのせて、もう1枚のパンを重ねます。
- ②①をラップに包んで電子レンジ(600W)で10秒加熱します。
- ③重ね合わせたパンの端4辺を、菜箸で押しつけてくっつけます。



具材を変えて **ハム&チーズ** **レトルトカレー**
アレンジも自在! **ツナマヨ** **アリン** など

●いろいろな具材を入れてお楽しみください。●

残ったパンの耳でつくる
パン♪
プディング!



丸型

材料 (1人分) 食パン(10枚切り)…2枚、たまごサラダ…少々、ロースハム…1/4枚

作り方

- ①食パンは耳を切り落とし、パン1枚の中央をハート型のクッキー型で抜きます。電子レンジ(600W)で10秒加熱します。
- ②もう1枚のパンの中央にたまごサラダ、ハムの順でのせ、①の型抜きしたパンを重ねます。
- ③②の重ね合わせたパンをコップで丸型抜きます。コップを上から押しただけでなく、手首をひねってコップを右左に回したり、押さえつくとスムーズに型抜きできます。
- ④③の型抜きしたパンの淵をつまんでくっつけます。



パンの型抜きに
コップを活用!

材料 (1人分)

パンの耳…10枚切り1枚分、お好みのフルーツ…少々、A[卵…1個、牛乳…100ml、グラニュー糖…大さじ1]

作り方

- ①一口大に切ったパンの耳をココット皿に入れ、お好みのフルーツを加えます。
- ②①に溶き合わせたAを注ぎ入れ5分ほどおき、オーブントースターで8分ほど焼きます。

食パン4~5枚切り使用

ピタパン風♪ポケットサンド

材料 (1人分)

食パン(4~5枚切り)…1枚、ベーコン…1枚、卵…1個、きゅうり(スライス)…3枚、バター…5g、グリーンリーフ…適量

作り方

- ①ベーコンは半分にとってフライパンで焼き、取り出します。さらに卵を割り入れて半熟のスクランブルエッグを作ります。
- ②食パンの耳に切れ込みを入れて、袋状のポケットを作り、そこにアルミホイルを詰めます。
- ③②をオーブントースターでこんがり焼き、アルミホイルを取り出したポケットの中にバターを塗り、①の具材ときゅうり、グリーンリーフをはさみます。



切って、焼いて
具を詰めるだけ!



おいしい たのしい あったかい —— フィールコーポレーション

Take Free ご自由にお持ちください

GOOD FEELING

Vol. 64

美味しく 感じる つながる 食生活のためのコミュニケーション誌 グッドフィーリング 2018 Spring

食パンにのせるだけで、ごちそう!
のっけパン



パンなのに、ピザや肉まんみたいな
なんちゃってパン



カンタン! おうちで手作り!
ピタット♪サンドイッチ



食パンの切り込みで具材を詰める
ピタパン風♪ポケットサンド



パン鑑

パパッとつくれる!

朝食に行楽に
おいしく活躍!!



忙しい朝でもパパッとつくれる簡単おかずパンやおでかけが楽しくなる手づくりサンドイッチなど具材をのせたり、はさんだりするだけでおいしい毎日でも食べたいパン・レシピをご紹介します。



忙しい朝も
のせるだけで
簡単おいしい
のっけパン



食パンと具材の
おいしい関係!

パパッとつくれるパン・レシピ

食パンで
あの味を再現!
〇〇風が楽しめる
なんちゃってパン



夢の朝食全部♪のっけパン

材料 (1人分)
食パン…1枚、卵…1個、キャベツ(千切り)…1枚分、ケチャップ…小さじ2、マヨネーズ…小さじ1、塩・こしょう…適量

作り方
①食パンにケチャップとマヨネーズを塗り、トレイ状にしたアルミホイルにのせます。
②①にキャベツをのせ、卵を割り入れ、塩・こしょうをふってオーブントースターでこんがり焼きます。



キャベツコロケ♪のっけパン

材料 (1人分)
食パン…1枚、キャベツ(千切り)…1/2枚分、コロケ…1個、バター…5g、とんかつソース・マヨネーズ…適量

作り方
①食パンにバターを塗り、キャベツ、コロケの順にのせます。
②とんかつソースとマヨネーズをかけてオーブントースターでこんがり焼きます。



喫茶店モーニング風♪のっけパン

材料 (1人分)
食パン(厚切り)…1枚、ゆで玉子…1個、マヨネーズ…大さじ1/2、牛乳…大さじ1/2、ケチャップ…適量、刻みパセリ…少々

作り方
①ゆで玉子を細かくつぶし、マヨネーズと牛乳で和えます。
②食パンに①を塗り、ケチャップをかけてトースターでこんがり焼き、パセリをふります。



なんちゃってマルゲリータピザ

材料 (1人分)
食パン…1枚、モッツアレラチーズ(スライス)…4枚、ケチャップ…大さじ1、バジル…2~3枚、オリーブオイル…少々

作り方
①食パンにケチャップを塗り、オーブントースターでうすうす焼き色がつくまで焼きます。
②①にモッツアレラチーズをのせてチーズが溶けるまで焼き、バジルをのせてオリーブオイルをかけます。



なんちゃってお好み焼きパン

材料 (1人分)
食パン…1枚、キャベツ(千切り)…1枚分、お好み焼きソース・マヨネーズ…適量、とろけるチーズ(スライス)…1枚、天かす・かつお節・青のり…適量

作り方
①食パンにお好み焼きソース・マヨネーズを塗り、キャベツ、チーズの順にのせます。
②ナイフで①に格子模様をつけてオーブントースターでこんがり焼き、天かす・鰹節・青のりをのせます。



なんちゃってメロンパン

材料 (1人分)
食パン…1枚、A[溶かしバター…10g、グラニュー糖…大さじ2、小麦粉…大さじ2]

作り方
①Aを混ぜ合わせ、食パンに塗ります。
②ナイフで①に格子模様をつけてオーブントースターでこんがり焼きます。



クロックムッシュ♪のっけパン

材料 (1人分)
食パン…1枚、ホワイトソース…大さじ2、ハム…1枚、とろけるチーズ(スライス)…1枚、刻みパセリ…少々

作り方
①食パンの中央を指で押しながらくぼみをつけ、ホワイトソース半量とハムをのせます。
②①に残りのホワイトソースを塗り、チーズをのせてオーブントースターでこんがり焼き、パセリをふります。



きんぴらマヨネーズ♪のっけパン

材料 (1人分)
食パン…1枚、きんぴらごぼう…40g、バター…5g、焼きのり…1/4枚、とろけるチーズ(スライス)…1枚、マヨネーズ…適量、青のり…少々

作り方
①食パンにバターを塗り、焼きのり、チーズ、きんぴらごぼうの順にのせます。
②マヨネーズを格子状にかけてオーブントースターでこんがり焼き、青のりをふります。



ポテサラ✿マヨソーセージ♪のっけパン

材料 (1人分)
食パン…1枚、ポテトサラダ…50g、ソーセージ…3本、マヨネーズ…適量

作り方
①ソーセージは5mm幅の輪切りにします。
②食パンにポテトサラダを平たくのせた上に①のソーセージを重ねべます。
③マヨネーズをソーセージの上に塗り、オーブントースターでこんがり焼きます。



なんちゃって海老パン

材料 (1人分)
食パン(10枚切り)…1枚、海老シューマイ(冷凍)…3個、マヨネーズ・ケチャップ…各大さじ1/2、オリーブオイル…大さじ1

作り方
①食パンは耳を切り落とし4等分して、オリーブオイルを塗ります。
②海老シューマイは解凍して包丁で粗く刻み、マヨネーズとケチャップで和えます。
③①のパンに②をのせてオーブントースターでこんがり焼きます。



なんちゃって肉まん

材料 (1人分)
食パン…2枚、肉シューマイ(冷凍)…2個、A[中華スープの素…小さじ1/3、水…50ml]

作り方
①食パンは耳を切り落とし、溶き合わせたAに漬けておきます。
②ラップをを広げ①のパン1枚をのせ、中央に解凍したシューマイ1個をのせて、パンの端がくっつくようにラップの四隅をひねり包みます。もう1枚のパンも同様にラップで包みます。
③電子レンジ(600W)で②を1分ほど加熱します。



なんちゃってフレンチトースト

材料 (1人分)
食パン…1枚、市販のプリン…1個、バター…5g、粉糖…少々

作り方
①食パンにバターを塗り、よく混ぜ合わせたプリンに塗ります。
②オーブントースターでほんのりと焼き目がつくまで焼き、冷めたら粉糖をふります。



乾物チーズ♪のっけパン

材料 (1人分)
食パン…1枚、かつお節…5g、桜えび…10g、しょうゆ…小さじ1、とろけるチーズ(スライス)…1枚、青のり…少々

作り方
①かつお節にしょうゆを混ぜ合わせておきます。
②食パンにチーズ、①のかつお節、桜えびをのせてオーブントースターでこんがり焼き、青のりをふります。



りんごハニーチーズ♪のっけパン

材料 (1人分)
食パン…1枚、りんご…1/4個、バター…5g、とろけるチーズ(スライス)…1枚、はちみつ…大さじ1

作り方
①りんごは種を除き、皮つきのまま7.8mmの厚さにスライスします。
②食パンにバターを塗り、チーズ、①のりんごをのせてオーブントースターでこんがり焼き、はちみつをかけます。



あんこクリームチーズ♪のっけパン

材料 (1人分)
食パン…1枚、あんこ…20g、クリームチーズ…20g、バター…5g

作り方
①食パンにバターとクリームチーズを塗ります。
②①にあんこを広げて塗りオーブントースターでこんがり焼きます。

サクサク!ふあふあ!! 食パンをおいしく焼く方法

オーブントースターを事前に温めておくと、ムラなく焼けて、サクッとふんわりした食感になります。パンをのせる皿も、冷たいままだと焼いたパンの蒸気でしんなりしてしまうので、お皿をトースターの近くに置いておくのも、おすすめです。



お皿が熱くなるのでキッチンミトンなどで持ってくださいね!

残ってしまった 食パンのおいしい保存方法

冷蔵庫での保存は、パンが硬くなり風味も抜けておいしくなくなってしまいます。食べきれない食パンは、空気が入らないよう1枚ずつラップに包んで冷凍保存しましょう。トーストして食べる場合は、ラップを外し凍ったまま焼けばOKです。



フィール おすすめ食パン

パスコ 超熟
超熟製法により、小麦本来の自然でほのかな甘みがおいしい食パンです。

フジパン 本仕込
小麦の豊かな香りが自慢! もっちりおいしい、日本の食パンです。

**フィールのパン屋さん
ホテル食パン**
6枚切り2枚分でシールド乳酸菌100億個入りの食パンです。

【フィールのパン屋さん 36店舗限定】
シャンシアポート、クオリチ名東高針店、クオリチ上社店、クオリチ平和公園店、みかん山店、RISEやき山店、RISE榎田店、アイアイプラザ、スマイルプラザ、富田店、花の木店、津島店、小牧店、ネットワーク、三郷店、日進店、豊明店、ホームタウン、アストリー、C・フェスタ、美浜店、リスタ、フードメッセトヨタ、新安城店、でっかいどう!、岡崎大樹寺店、岡崎大和店、コムタウン、KAKEMACHI店、ニュー、いづも店、蒲郡店、豊川店、ハミング、フィルタウン、初生店