

[ホーム](#) > [食育](#) > [長崎県の取組み](#) > [大学生の朝ごはん](#) > 大学生の朝ごはん(No1-2) 友達と一緒に作りました。

大学生の朝ごはん(No1-2) 友達と一緒に作りました。

【コメント】朝食:手作りベーグル 先週は久しぶりに朝食を友達と一緒に作りました。ホームベーカリーを使用して、発酵が簡単にできました。ベーグルはもちもちしており、また大好きな友達と食べるということでもおいしかったです♪ ベーグルには、ツナマヨやトマトやきゅうりなどの夏野菜をはさみ食べました。夜に作っておき、朝トースターで少し焦げ目をつけるくらい焼くのもいいと思います

