

食育のトップ

長崎県食育推進計画

長崎県の取組み

県内各地域における取組み

食育に関する情報

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とて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

