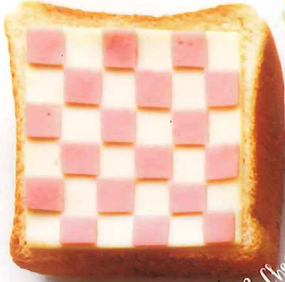


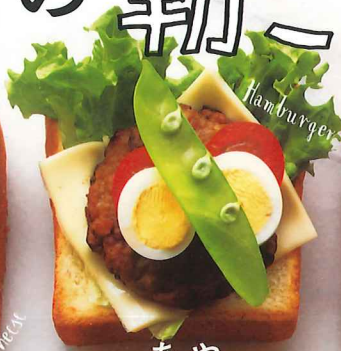
かんたん!

かわいい!

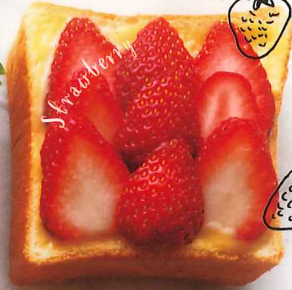
3×3の朝ゴパン



Ham & Cheese



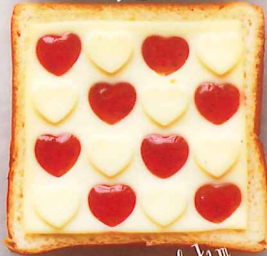
あや
(@aya_m08)



Avocado



Curry
bratin



Heart Jam
Cheese



Ham & Egg



Bacon & Egg





Potato Salad

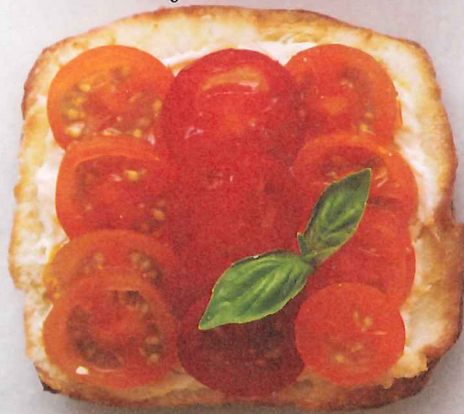
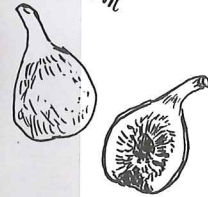
Tomato



Butter Corn



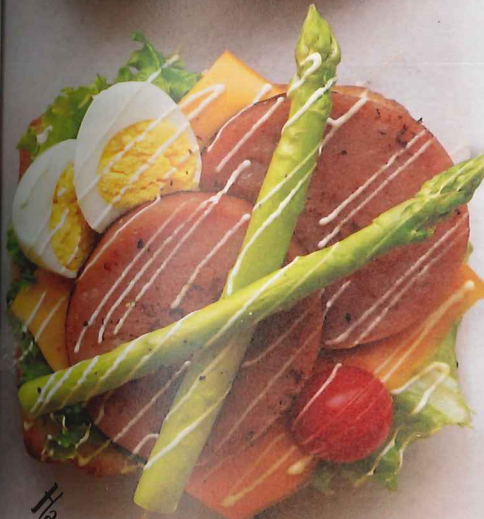
Fig & Raw Ham



Bacon & Eggs



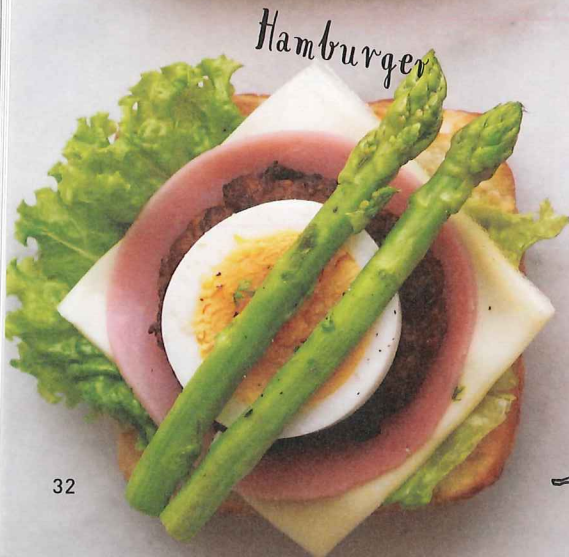
Smoked Salmon



Ham & Mini Asparagus

クリスケット¹ 3×3

甘くないデニッシュ風のパン「クリスケット」は何をトッピングしても相性がいんです。食べる直前にサクとする程度にトーストすると、絶妙な食感でクセになるおいしさ♡



Hamburger



Muscat



クリスマスケット5個を横半分に切り、上下ともに使用する。



ポテトサラダ

材料

ポテトサラダ(市販のものでも可)…適量
グリーンリーフ…1/2~1枚
ゆで卵の黄身、バター、パセリ…適量

作り方

- 1 クリスマスケットはバターを塗り、トースターで軽く温める。卵の黄身は裏ごしする。

飾り方

- 1 トーストしたクリスマスケットにグリーンリーフ、ポテトサラダ、裏ごしした黄身の順にのせ、仕上げにパセリを振る。



バターコーン

材料

とうもろこし…1/3~1/2本
バター(飾り用)…5g
バジル、パセリ、バター(トースト用)…各適量

作り方

- 1 とうもろこしはゆでるか、ラップに包んでレンジで加熱する(800wで2分、600wで2分40秒を目安に)。とうもろこしの実をなるべく粒がバラバラにならないようにかたまりのまま、縦に切る。

飾り方

- 1 バターを塗ったクリスマスケットに切り落とししたとうもろこしをのせ、トースターでクリスマスケットが薄く色づく程度に焼く。仕上げにバターをのせ、バジルを飾り、お好みでパセリを振る。

※バーナーがある場合は、最初にバターを塗ったクリスマスケットをトースターで温め、とうもろこしをのせた後に、バーナーで焼き色をつけ、バター、バジルをのせてもよい。



いちじくと生ハム

材料

いちじく…1/2個(縦半分にカットしたもの)
生ハム…2枚 フレッシュチーズ…適量
バジル…3枚 粗挽きこしょう、バター…各適量

作り方

- 1 クリスマスケットはバターを塗り、トースターで軽く温める。いちじくは縦に4等分する。生ハムはそれぞれ半分にちぎっておく。

飾り方

- 1 トーストしたクリスマスケットに、いちじくをクリスマスケットの対角線上にばらつかせながらおき、空いたスペースにちぎった生ハムをおく。
- 2 フレッシュチーズをバランスよくトッピングし、バジルを飾る。仕上げに粗挽きこしょうを振る。



トマト

材料

ミニトマト(赤)…1~2個
ミニトマト(オレンジ)…2~3個
クリームチーズ…大きじ1
バジル…適量

作り方

- 1 クリームチーズは室温に戻すか、レンジで温めて柔らかくしておき、クリスマスケットに塗り、軽くトーストする。トマトは2~3mm幅にスライスする。

飾り方

- 1 トーストしたクリスマスケットの両サイドにオレンジのミニトマトを重ねながら並べ、真ん中に赤のミニトマトを重ねながら並べる。仕上げにバジルを斜めに飾る。



ベーコンエッグ

材料

ハーフベーコン…2枚
ブロッコリー…2房
スクランブルエッグ…卵1個分
(作り方は右ページを参照)

ゆで卵スライス…1枚

ケチャップ、マヨネーズ、バター…各適量

作り方

- 1 クリスマスケットはバターを塗り、トースターで軽く温める。ベーコンはフライパンで軽く焼く。ブロッコリーはゆでるか、レンジで加熱し、さらに小房に分ける。

飾り方

- 1 ゆで卵の上にハートの型抜きをおき、その中にケチャップを絞って、ケチャップでハートの形を作る。
- 2 クリスマスケットにベーコン2枚を重ねながらおき、マヨネーズを塗り、スクランブルエッグをのせ、中心に①をのせる。ブロッコリーでスクランブルエッグのまわりを囲むようにトッピングする。

*スクランブルエッグの作り方

材料

卵…1個 牛乳…大きじ1
マヨネーズ…大きじ1
ミックスチーズ…お好みで
塩、こしょう、サラダ油…各適量

作り方

- 1 卵をとき、油以外のすべての材料を入れて混ぜる。
- 2 フライパンにサラダ油を入れて熱し、卵液を流し込み、まわりがツツツしてきたら、はしでかき混ぜる。ほど良い硬さになったら火からおろす。



ハムとミニアスパラガス

材料

厚切りハム…2枚 ミニトマト…1個
ミニアスパラガス…2本 チェダーチーズ…1枚
うずらの卵のゆで卵…1個
グリーンリーフ…1/2~1枚
マヨネーズ、バター、塩、こしょう…各少々

作り方

- 1 クリスマスケットはバターを塗り、トースターで軽く温める。厚切りハムとミニアスパラガスはフライパンで同時に炒め、ミニアスパラガスには塩、こしょうを振る。
- 2 ゆで卵は縦半分に切り、チェダーチーズはクリスマスケットの大きさに合わせて切る。マヨネーズを食品用チャック付き小袋に入れる。

飾り方

- 1 トーストしたクリスマスケットに、グリーンリーフをのせ、チェダーチーズはクリスマスケットの一辺に角がくるようにおく。
- 2 厚切りハムを重ねながら斜めに置き、ミニアスパラガスをハムの上でクロスさせ、左上にはゆで卵を重ねて置き、右下にはミニトマトをおく。マヨネーズを入れたチャック付き小袋の角を小さくカットし、斜めジグザグにマヨネーズを絞る。



ハンバーグ

材料

ミニハンバーグ(市販のものでも可)…1つ
ミニアスパラガス…2本 スライスチーズ…1枚
ハム…1枚 グリーンリーフ…1/2~1枚

ゆで卵スライス…1枚

マヨネーズ、粗挽きこしょう…各適量

作り方

- 1 クリスマスケットはマヨネーズを塗り、トースターで軽く温める。アスパラガスはフライパンでソテーし、塩、こしょうを振る。スライスチーズはクリスマスケットの大きさに合わせて切り、ハムはクリスマスケットの大きさに合わせてコップなどで型抜きしておく。

飾り方

- 1 クリスマスケットの上にグリーンリーフをのせ、スライスチーズはクリスマスケットの一辺に角がくるようにおく。チーズ、ハム、ハンバーグ、ゆで卵スライス、ミニアスパラガスの順でおき、仕上げに粗挽きこしょうを振る。



スモークサーモン

材料

スモークサーモン…1切れ ローズマリー…1本
クリームチーズ…大きじ1 粗挽きこしょう…少々
レモンスライス…1枚

作り方

- 1 クリームチーズは室温に戻すか、レンジで温めて柔らかくしておき、クリスマスケットに塗り、軽くトーストする。

飾り方

- 1 トーストしたクリスマスケットにサーモン、レモンスライスをのせ、ローズマリーを斜めに飾る。お好みで粗挽きこしょうを振る。



マスカット

材料

マスカット(皮ごと食べられるもの)…5粒ほど
クリームチーズ…大きじ1
ハニーレモン(作り方はP97参照)…1枚
タイム…1本

作り方

- 1 クリームチーズは室温に戻すか、レンジで温めて柔らかくしておき、クリスマスケットに塗り、軽くトーストする。マスカットは縦半分にカットする。

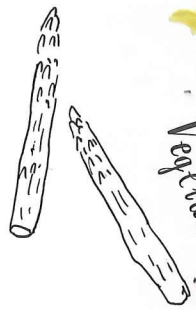
飾り方

- 1 トーストしたクリスマスケットに半分にカットしたマスカットを並べ、まんべんなく敷き詰める。中央にハニーレモンをのせ、さらにタイムを飾る。



カラフルな朝ごパンで 今日1日がハッピー♪

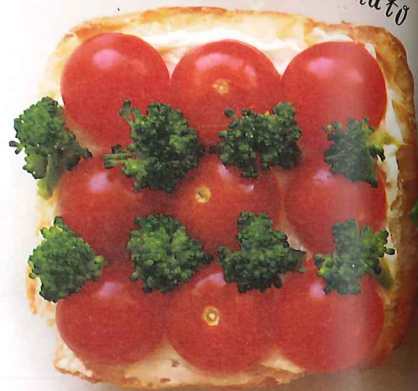
朝食は1日の始まり。だから気持ちまで元気になるようなカラフルな朝ごパンがハッピーのもとになります。上下に切ったクリスケットの上の部分をずらしてのせれば、ボリュームUP!



Vegetables & Sausage



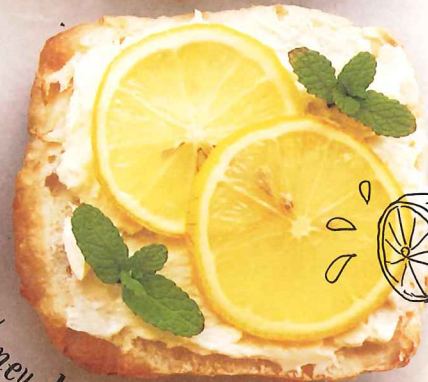
Tomato



Hamburger



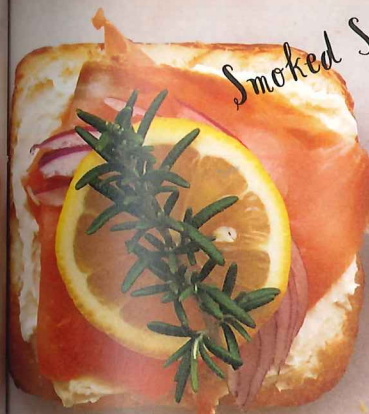
Honey Lemon



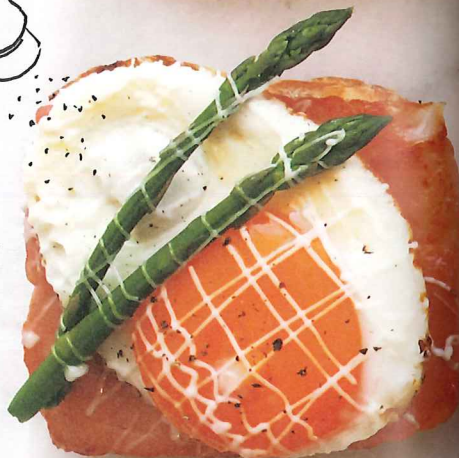
Banana & Chocolate



Smoked Salmon



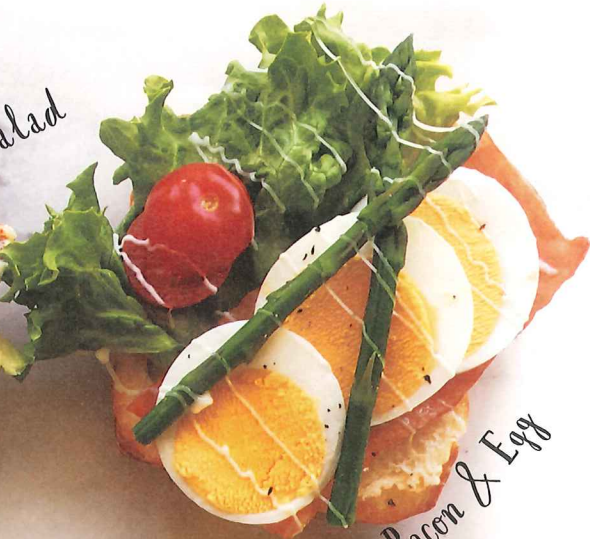
Bacon & Egg



Beans Salad



Bacon & Egg



クリスケット 2 3×3

正方形のクリスケットは具材をのせやすいので、3×3のバリエーションもたくさんできます。あえて斜めに飾ったり、きちんと整列させたり、自分流の並べ方を探してみましよう！

クリスケット5個を横半分に切り、上下ともに使用する。



野菜とソーセージ

材料

じゃがいも…小1½個
たまねぎ(赤たまねぎでも可)…½個
ミニアスパラガス…2本
ソーセージ…1本
グリーンリーフ…½～1枚
パプリカ(赤)…適量
マヨネーズ…適量
塩、こしょう…各少々

作り方

- ①クリスケットにマヨネーズを塗り、軽くトーストする。じゃがいもは皮をむいてからラップで包んでレンジで2分(500W)加熱し、芯が残っている場合は加減を見ながら再加熱し乱切りにする。たまねぎは薄めのくし形切りにし、ソーセージは斜め半分にカットする。パプリカは5mm角に刻んでおく。
- ②フライパンでたまねぎ、アスパラガス、ソーセージ、じゃがいもをソテーし、塩、こしょうを振る。

飾り方

- ①トーストしたクリスケットにグリーンリーフをのせて、じゃがいも、たまねぎ、ソーセージの順に重ねてのせる。アスパラガスはクロスしてのせ、仕上げにパプリカをトッピングし、塩、こしょうを振る。



甘くないデニッシュ クリスケット(デルソレ) ¥198(税抜)/042-378-2475(株式会社ジェシー・コムサ お客様相談室)



ビーンズサラダ

材料

ビーンズサラダ…大さじ3 ミニトマト…1個
(作り方は以下*を参照) バター…適量
ゆで卵の黄身…½個分 パプリカパウダー…適量
グリーンリーフ…½～1枚

作り方

- ①黄身は裏ごしておく。クリスケットはバターを塗り、軽くトーストする。

飾り方

- ①クリスケットにグリーンリーフ、ビーンズサラダをのせる。
- ②サラダの上に裏ごしした黄身をかけ、ミニトマトをのせる。お好みでパプリカパウダーを全体に振る。

*ビーンズサラダの作り方

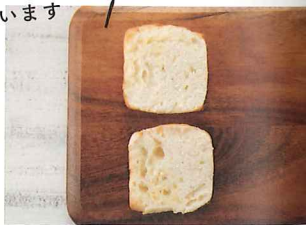
材料

ミックスビーンズ…50g
アボカド…¼個
ベビーチーズ(4個入り)…2個
マヨネーズ…大さじ2
レモン汁…少々
塩、こしょう…各少々
パセリ…適量

作り方

- ①チーズはフィルムから取り出し、横半分になり、さらに縦5等分に切る。
- ②アボカドもプロセスチーズと同様の大きさに切る。
- ③ボウルの中にパセリ以外の材料と調味料を入れて混ぜる。仕上げにパセリを振る。
※アボカドが苦手な場合は枝豆で代用可。

半分にカットして使います



ベーコンと卵

材料

ハーフベーコン…1枚
ミニアスパラガス…2本
クリームチーズ…大さじ1
グリーンリーフ…½～1枚
卵…1個
ミニトマト…1個
マヨネーズ…適量
粗挽きこしょう…少々

作り方

- ①クリームチーズは室温に戻すか、レンジで温めて柔らかくしておき、クリスケットに塗り、軽くトーストする。
- ②フライパンでアスパラガスとベーコンをソテーする。ゆで卵を作り、ゆで卵スライサーでスライスし、ミニトマトはヘタを取り半分に切る。マヨネーズは食品用チャック付き小袋に入れておく。

飾り方

- ①クリスケットにクリームチーズを塗り、その上にグリーンリーフをおき、クリスケットの向きに対して斜め下半分にベーコンをおく。斜め上半分にグリーンリーフをしっかりと見えるようにする。
- ②ベーコンの上に卵を重ね、グリーンリーフの上にミニトマトをのせ、卵の上にクロスするようにアスパラガスをおく。
- ③マヨネーズを入れたチャック付き小袋の角を小さくカットし、手早くマヨネーズをかけて、お好みで粗挽きこしょうを振る。



トマト

材料

ミニトマト…5個 ブロccoli…1房
クリームチーズ…大さじ2

作り方

- ①クリームチーズは室温に戻すか、レンジで温めて柔らかくしておき、クリスケットに塗り、軽くトーストする。
- ②トマトはヘタを取り、半分にカットしておく。ブロッコリーはゆでるか、レンジで温め、8房に分けておく。

飾り方

- ①トマトの丸い部分が上になるように並べる。トマトとトマトの間にブロッコリーを並べる。



ハンバーグ

材料

ミニハンバーグ(市販のもので可)…1つ
スライスチーズ…1枚
ハム…1枚
ゆで卵スライス…1枚
(「ベーコンと卵」のレシピの余り)
スナップエンドウ…1個
クリームチーズ…大さじ1
グリーンリーフ…½～1枚
マヨネーズ…適量
粗挽きこしょう…少々

作り方

- ①クリームチーズは室温に戻すか、レンジで温めて柔らかくしておき、クリスケットに塗り、軽くトーストする。
- ②スナップエンドウはざっとゆでて筋を取り、P39の写真のように半分に開いておく。

飾り方

- ①クリスケットにハムをのせ、スライスチーズをクリスケットの一辺に角がくるようにおく。
- ②その上にグリーンリーフとハンバーグをのせ(ソースのかかっていないハンバーグであれば、スライスチーズとハンバーグの間にケチャップを塗る)、マヨネーズを絞った上にゆで卵をのせ、さらに開いたスナップエンドウを三日月のようにおく。仕上げに粗挽きこしょうを振る。



ハニーレモン

材料

ハニーレモン(作り方はP97参照)…2枚
クリームチーズ…大さじ2
ミント…2枚

作り方

- ①クリームチーズは室温に戻すか、レンジで温めて柔らかくしておく。クリスケットは軽くトーストする。

飾り方

- ①クリスケットにクリームチーズを塗り、ハニーレモンをクリスケットの向きに対して斜めに重ねておく。ミントを空いたスペースに飾る。



ベーコンエッグ

材料

ハーフベーコン…2枚
 ミニアスパラガス…2本
 卵…1個
 バター…適量
 マヨネーズ…適量
 塩、こしょう、粗挽きこしょう…各少々

作り方

①フライパンでベーコンとアスパラガスを中火で軽く炒めて塩、こしょうを振り、目玉焼きも一緒に作る。クリスケットはバターを塗り、軽くトーストする。マヨネーズは食品用チャック付き小袋に入れておく。

飾り方

①トーストしたクリスケットに、クリスケットのカット面が見えなくなるようにベーコンをずらしながら重ねておく。
 ②さらに目玉焼きをのせ、アスパラガスは目玉焼きの黄身の部分にかからないようにクロスしておく。マヨネーズを入れたチャック付き小袋の角を小さくカットし、手早く網目状に絞る。仕上げに粗挽きこしょうを振る。



スモークサーモン

材料

スモークサーモン…1切れ
 クリームチーズ…大さじ2
 ハニーレモン(作り方はP97参照)…1枚
 ローズマリー…1本
 粗挽きこしょう…少々

作り方

①クリームチーズは室温に戻すか、レンジで温めて柔らかくしておく。クリスケットは軽くトーストする。

飾り方

①トーストしたクリスケットにクリームチーズを塗り、サーモン、ハニーレモンをのせ、ローズマリーを斜めに飾る。お好みで粗挽きこしょうを振る。



バナナチョコ

材料

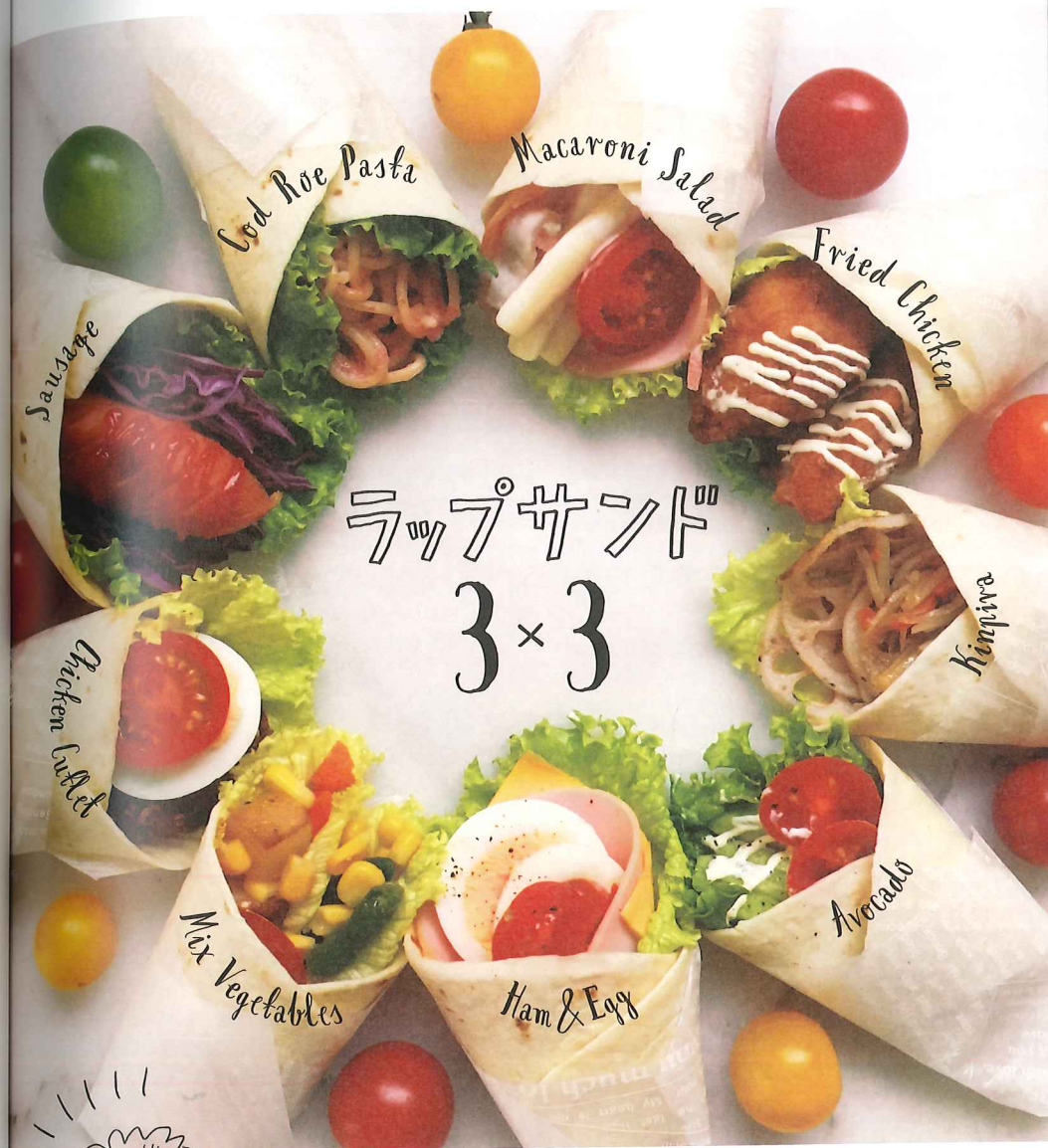
バナナ…1本
 チョコレートソース(市販のもの)…適量
 チョコレート…2かけ
 クルミ…1個

作り方

①バナナは3mm幅にスライスしておく。チョコレートは食品用チャック付き小袋に入れ、湯煎で溶かしておく(P114参照)。クルミはビニール袋などに入れ、麺棒などで砕いておく。
 ②クリスケットは軽くトーストする。

飾り方

①クリスケットに市販のチョコレートソースを全体に塗る。バナナを縦に重ねながら並べ(P114参照)、砕いたクルミを全体に散らす。
 ②溶かしたチョコレートを入れたチャック付き小袋の角を小さくカットし、バナナの上からチョコレートを手早く縦にジグザグに絞る。



トルティーヤの生地を1枚使うと1つでおながいっぱい。でも生地を半分に切ってラップサンドのように包めば、ちょうどいい量で2種類は食べられます。お惣菜や冷凍食品を上手に利用して、簡単、気軽にそして楽しく!