

「焼き豚とゆで卵のアートウィッチ」 2切れ分



●準備いただく材料

食パン(8枚切り)	2枚	8枚切りがなければ6枚切りでも可。
きゅうり	1本	使用するのは20gですが斜め切りにしますので1本ご用意ください。
パプリカ	1/8個	
にんじん	1/3本	
水菜	10g	
グリーンリーフ	1枚	レタスや他の葉物野菜でも可。
焼き豚	30g	焼き豚は切れているタイプのものであればそちらがよいです。ハムやベーコンなどでも可。※ベーコンの場合は焼きます。
たまご	1個	

◆事前に準備をお願いします。

- ・野菜は洗い、水気をふきとってください。
- ・にんじんは皮をむき、水菜は5cm幅切りに切っておいてください。
- ・たまごは水から13分茹でてください。初めは強火で、沸騰したら弱火にしてください。殻を剥いておいてください。
- ・焼き豚は薄く切っておきます。

●準備いただく道具

ラップ	
クッキングペーパー	野菜の水気をふき取る時に使用します。
包丁・まな板	
テーブルナイフ	マヨネーズなどをパンに塗るときに使います。バターナイフやパレットナイフ、小さなゴムベラ、スプーンなども可。

「お花のフルーツアートウィッチ」 2切れ分



※画像はいちごで作ったもの、バナナで作ったものです。

●準備いただく材料

食パン(8枚切り)	2枚	8枚切りがなければ6枚切りでも可。
いちご	2粒	手に入るのであれば小粒より大きめの方がおすすめです。 いちごが手に入らない場合、バナナ(1本)やみかん(1個)、 オレンジ(1/2個)なども可。 ※バナナを使用する場合レモン果汁などがあると変色が防げます。
キウイフルーツ(緑)	1/2個	使用するものは半分ですが、1個ご用意ください。
生クリーム	100ml	35%くらいのもので十分です。 ホイップクリームでも可。その場合砂糖はいりません。
砂糖	7g	

◆事前に準備をお願いします。

- ・フルーツは洗い、水気をふきとってください。
- ・生クリームはボウルに入れ、1時間ほど冷やしておきます。

●準備いただく道具

ラップ	
クッキングペーパー	果物の水気をふき取るときに使用します。
大きめのボウル 2個	生クリームを入れるもの1つ。生クリームの入ったボウルを冷やすボウル1つ。
氷	生クリームを冷やすときに使います。
泡だて器	電動ミキサーでも泡だて器でも可。
包丁・まな板	
テーブルナイフ	クリームをパンに塗るときに使います。 バターナイフやパレットナイフ、小さなゴムベラ、スプーンなども可。
クッキーの型(星) ※バナナを作る方	縦3cm×横3.2cm程の星形。同じようなサイズのハート型や花型などでも可。 100円ショップや製菓材料店などに置いています。