



Tostadas francesas

INGREDIENTES

- 2 rebanadas de pan lactal
- 1 huevo
- 2 cucharadas soperas de leche.

PREPARACIÓN

- En un recipiente batir el huevo junto con la leche.
- Embeber cada rebanada de pan en el huevo por unos segundo de cada lado.
- En una sartén caliente, con rocío vegetal o unas gotas de aceite, dorar el pan de cada lado hasta que forme la costra tostada y el huevo esté cocido. Servir.

**Por encima
podes ponerle:**

Opción salada

- Queso fresco, queso crema, palta, tomate, semillas, maní.

Opción dulce

- Miel, trozos de fruta fresca como banana, kiwi, arándanos, pasas de uva, frutas secas.

¡A disfrutar!