

โทสต์หน้าอะโวคาโดไข่คนมะเขือเทศ

ส่วนผสมอะโวคาโด

1. อะโวคาโด	¾	ถ้วยตวง	130	กรัม
2. เกลีสปน	½	ช้อนชา	3	กรัม
3. พริกไทยป่น	½	ช้อนชา	1	กรัม



วิธีทำ

1. ผ่าอะโวคาโดแบ่งเป็นสองซีก นำเมล็ดออก ตักเนื้ออะโวคาโดออกจากเปลือก บดเนื้ออะโวคาโดให้ละเอียดและหย่าบรวม ๆ กัน



2. ปูรสด้วยเกลือ และพริกไทย พักไว้



ส่วนผสมหน้าไข่คน (Scrambled Egg)

ส่วนผสม

ไข่ไก่	2	ฟอง	110	กรัม
นมข้นจืด	3	ซัอนโต้ะ	30	กรัม
เกลือป่น	1/8	ซัอนซา	1	กรัม
น้ำมันมะกอก	1	ซัอนโต้ะ	13	กรัม
มะเขือเทศราชินี	12	ลูก	100	กรัม



วิธีการทำ

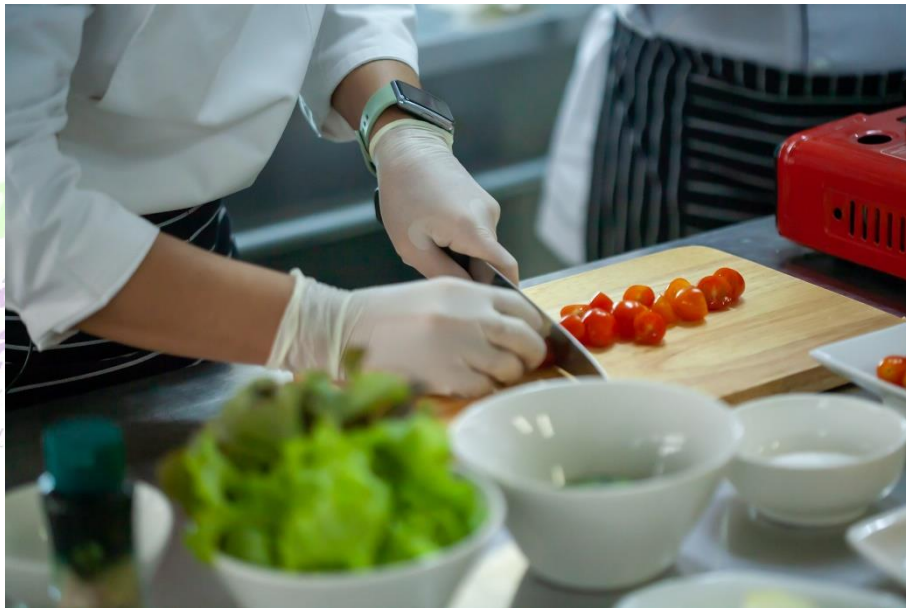
1. ตอกไข่ใส่ภาชนะ ใส่เนย ปรงรสด้วยเกลือป่น พริกไทย ตีส่วนผสมให้เข้ากัน



2. ตั้งไฟให้ร้อน ใส่น้ำมันมะกอก ใส่ไข่ที่ผสมไว้ลงในกระทะ คนให้ไข่รวมตัวกันเป็นก้อน มีลักษณะ
สุก ๆ ดิบ ๆ ตักขึ้นจากกระทะ พักไว้



3. ผ่ามะเขือเทศราชินีตามขวางครึ่งลูก ใส่น้ำมันเล็กน้อยลงไป ใส่มะเขือเทศลงจี่ พักไว้



4. ทาหน้าอะโวคาโดที่ปรุงรสเรียบร้อยแล้วลงบนขนมปัง ใส่ไข่คนลงบนขนมปัง เกลี่ยให้ทั่วแผ่น ตกแต่งหน้าด้วยมะเขือเทศจี่ให้ทั่วหน้าขนมปัง โรยหน้าด้วยผักชีลาวสับหยาบ



5. จัดเสิร์ฟพร้อม



ส่วนผสมตัวขนมปัง

ส่วนผสม

ขนมปังโฮลวีทชนิดแผ่น	2	แผ่น	130	กรัม
เนยสดเค็ม	1	ช้อนโต๊ะ	15	กรัม



วิธีการทำ

1. ปิ้งขนมปังโฮลวีทด้วยกระทะ ด้วยไฟอ่อน ให้มีสีเหลืองทั้งสองด้าน มีลักษณะกรอบทั่วทั้งชิ้น



2. ทาเนยให้ทั่วทั้งชิ้นของขนมปัง



หมายเหตุ

1. รับทานได้ 2 คน
2. ลักษณะของขนมปังควรมีลักษณะกรอบนุ่ม