



NKまつえ上乃木保育園

おすすめレシピ



◎米粉いちご蒸しパン(こども1人分)



米粉	13g
ベーキングパウダー	0.7g
豆乳	15g
油	2g
いちごジャム	15g

1. ボウルに米粉、ベーキングパウダーを入れホイッパーでよく混ぜる。
2. 別のボウルに豆乳、油、ジャムを入れ、ホイッパーでしっかりと混ぜる。
3. 1に2を加えてよく混ぜる。
4. 3をカップに分け、蒸気の立った蒸し器で強火で蒸す。

※生地は混ぜ終わったら、できるだけ早く加熱をするとふんわり仕上がります。

※米粉がなければホットケーキミックスでもおいしく作れます。

いちごが大好きな子どもたちからは
人気のおやつです。

