



作ってみよう!

おうちで給食レシピ

★いちごのミニ蒸しパン★



色々アレンジできそう!

最近、蒸しパンレシピを増やしています。他にもココア味など、種類を増やしていけると良いなと思っています。



★抹茶のミニ蒸しパン★



材料	1人分(g)※1
【いちご🍓】	
薄力粉	12.0
ベーキングパウダー	0.4
鶏卵	5.0
砂糖	6.5
牛乳	5.0
いちご※2…ヘタを取りすり潰す	5.0
※2 ジャムでも代用できますが、砂糖を減らし、牛乳の量を調整してください。	
サラダ油	1.3
耐熱カップ(直径5cm)	1個
【抹茶🍵】	
薄力粉	12.0
ベーキングパウダー	0.4
抹茶	0.2
鶏卵	6.0
砂糖	6.5
牛乳	7.5
サラダ油	1.3
耐熱カップ(直径5cm)	1個

※1 大量調理の分量のため、ご家庭で作る場合は調整が必要な場合があります。

【作り方】

- ①薄力粉とベーキングパウダーをふるう(抹茶蒸しパンの時は抹茶も一緒に)。
- ②鶏卵を溶き牛乳を加え、①と残りの材料を加えよく混ぜる。
- ③カップに流し入れて蒸す。竹串を刺して生地がつかなければ大丈夫です。

