

みんなで楽しくお菓子作り

recipe



1

きなこボール

■ 材料

- ・ きなこ……………大 5
- ・ すりごま(白)……………大 2
- ・ はちみつ
(はちみつシロップ・オリゴ糖でも良い) ……大 2
- ・ 塩……………ひとつまみ

■ 作り方

- ① きなこにすった白ごまを入れ
はちみつ(はちみつシロップ・オリゴ糖でも良い)
でねっていく
- ② ポロポロ状態になったら少し
ずつ手で丸め きなこをまぶして
できあがり

2

とうふドーナツ

■ 材料

- ・ ホットケーキミックス…150 g
- ・ とうふ……………150 g
- ・ さとう……………てき量
- ・ 油……………てき量

■ 作り方

- ① とうふを水切りしておく
- ② ホットケーキミックスに
とうふを少しずつ入れ
耳たぶより少しかためにする
- ③ 一口大にして油であげる

3

こまつな入り むしパン

■ 材料

- ・ ホットケーキミックス…200 g
- ・ こまつな……………100 g
- ・ たまご……………1 個
- ・ 牛乳……………50cc
- ・ バナナ(レースンでもよい) ……1 本

■ 作り方

- ① こまつな、たまご、牛乳を
ミキサーにかける
- ② ボールにホットケーキ
ミックスと①を入れてまぜる
- ③ みじん切りにしたバナナを入れる
- ④ むし器で15分むして、できあがり