

スピード! 蒸しパン



材料

(アルミケース 8号が 15個分)

<蒸しパンの基本的ベース>

薄力粉	140グラム	}	A
ベーキングパウダー	小さじ1		
卵(中)	2個	}	B
砂糖	60グラム		
バター	50グラム		

<トッピング>

★ にんじん	50グラム
又は	
★ かぼちゃ	100グラム



さつまいも 100グラム及びレーズン適宜を入れてもおいしいよ!

作り方

- ① にんじんをすりおろす。
または、かぼちゃをレンジでやわらかくし、フォークなどでつぶす。



- ② AにBを入れ混ぜたら、①のにんじんまたは、かぼちゃを入れ混ぜ合わせる。



- ③ アルミカップにそれぞれ8分目くらいまで入れる。



- ④ 蒸気が上がった蒸し器に入れ、約10分蒸す。
竹串をさして生地がついてこなければOK!



*世話やきおぼちゃんのひとりごと

簡単でふわりおいしくできあがります。
野菜をつぶして、混ぜる! 形や色がどんどん変わっていく様子をぜひ親子で楽しんでくださいわね!

