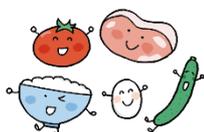


親子でクッキング！ 給食メニュー紹介



米粉いちご蒸しパン



米粉を使った、もちもち食感の蒸しパンです。
卵と牛乳を使っていないので、アレルギーのあるお子
さんでも食べられます。

【材料】（95cc カップ10個分）

米粉・・・230g
ベーキングパウダー・・・14g
さとう・・・120g
豆乳・・・290g
サラダ油・・・40g
ストロベリーソース・・・80g
カップ（95cc）・・・10枚

【作り方】

- ① ボールに米粉、ベーキングパウダー、さとうを入れて混ぜ、豆乳を入れてよく混ぜる。サラダ油、ストロベリーソースも入れて均一になるまでよく混ぜる。
- ② カップに①を流し入れ、蒸し器で20分位蒸す。ようじを刺して、生地が付かなければ出来上がり。



【ポイント】

- ・豆乳の代わりに牛乳、ストロベリーソースの代わりにいちごジャムでもOKです。
- ・給食で使用しているカップ（95cc）の分量で計算していますので、使用するカップの大きさに応じて個数は違ってきます。