

献立リクエストレシピ集

献立リクエストありがとうございます。今回はスコーンを紹介します。

おからスコーン (大人2人、子ども2人分)

<材料>

卵	35g (1/2個)
おから	50g
ホットケーキミックス	100g (大さじ7)
バター	40g
牛乳	30cc

<下処理>

卵を割りほぐす

<作り方>

- ① おから、ホットケーキミックス、バターを手でポロポロになるまで合わせる。
- ② 卵、牛乳を加えて混ぜ合わせ、1人分の大きさに丸める。
- ③ 天板に並べ、上を軽く押さえて、オーブンで160℃、15分くらい焼く。

☆ バターは加える直前まで冷やしておくこと

シリアルスコーン (大人2人、子ども2人分)

<材料>

コーンフレーク	20g
バナナ	20g
干しぶどう	12g
ホットケーキミックス	80g (大さじ5.5)
植物油	25g (大さじ2)
牛乳	50cc

<下処理>

コーンフレーク	細かく砕く
バナナ	粗みじん切る
干しぶどう	熱湯に通し、刻む

<作り方>

- ① 植物油と牛乳を混ぜ合わせ、ホットケーキミックスを加えて混ぜる。
- ② コーンフレーク、バナナ、干しぶどうを加えてさっくり混ぜる。
- ③ 一人分の大きさに丸めるまたはアルミカップに入れる。
- ④ 天板に並べ、オーブン160℃、10分くらい焼く。

☆ 生地がまとまらない場合は、牛乳で調節する。

