

親子で COOKING



ホイル包みケーキ☆アラカルト

材料

(4~6本分)

932 米粉のホットケーキミックス
..... 200g

208 産直 こめ育ちさくらたまご
..... 1個

214 産直 **6** 生協牛乳120cc .. 180cc
サラダ油 適量
アルミホイル(長さ20cm) ... 4~6枚

- A** ハム・ミックスチーズ
B ウィナー **C** 板チョコ
D イチゴジャム 各適宜

作り方

- ① ホットケーキミックスに卵と牛乳を加え、ダマがないようよく混ぜる。
- ② アルミホイルの中央に油をうすく塗る。その上に①を大さじ2くらい細長くのばし、**A~D**の好みの具をのせる。さらに①をかぶせるようにのせる。
- ③ ホイルの上下の端を合わせて2~3回折る。左右も2回折ってゆるめに包みこむ。
- ④ ③を温めたオーブントースターで焼く。最初に10分位焼き、上下を返して5分位焼く。ホイルをはがして皿に盛る。(少し冷めるとはがしやすい)

おやつ&デザート部門

優秀賞

(大津市 谷 洋子さん)



抹茶あずき、すりおろした人参、キャラメルソースなど、工夫次第で様々なパリエーションが楽しめます!

「親子でクッキングレシピコンテスト」で受賞された組合員さんのレシピをご紹介します!

パンケーキ、ケーキサレなど幅広く使えます

甘さ控えめ。サラサラでふるいにかける必要がありません

932 次回:12月
今回:5回

図司穀粉

米粉のホットケーキミックス
500g ★

滋賀県産の米粉を100%
使用したホットケーキミックス。小麦粉不使用です。
賞味期間:6カ月



本体 **350**円
(税込 378円)

「親子でクッキング」のレシピは、コープしがのウェブサイトでもご覧いただけます。 <http://www.pak2.com/cooking/>