



かんたんクッキングレシピ

すいはんきでつくるさつまいもケーキ

(アレルギー^{たいおう}対応)



ざいりょう

材料 (1ホール)

・ホットケーキミックス	1袋 ^{ふくろ}
(卵・乳なし) ^{たまご にゅう}	
・豆乳 ^{とうにゅう}	150cc~180cc
・砂糖 ^{さとう}	大さじ5 ^{おお}
・サラダ油 ^{あぶら}	大さじ4 ^{おお}
・さつまいも	1本(250g ほど) ^{ほん}

使う器具

包丁^{ほうちよう} ・まな板^{いた} ・ボウル ・ゴムべら ・すいはんき

作り方

- ① さつまいもは洗って1cmのサイコロのかたち^{かたち}に切る。
- ② ボウルにホットケーキミックスと豆乳^{とうにゅう}と砂糖^{さとう}とサラダ油^{あぶら}を入れてよくまぜる。
その中^{なか}に切ったさつまいもをまぜる。
- ③ すいはんきに②を全部^{ぜんぶ}入れて、すいはんスイッチをおす。
- ④ 焼きあがったら、しばらくおいて取り出し^とて切り^き分け^わける。



ポイント

- ・さつまいもの代わり^かに、りんごやバナナで作^{つく}ってもおいしいです。
- ・アレルギーがなければ、豆乳^{とうにゅう}を牛乳^{ぎゅうにゅう}にかえて、
たまご^{こくわ}を1個加えるとよくふくらみます。
- ・黒ゴマ^{くろ}を加えると、香ばしく^{こう}なります。

