

マコロン (小麦、卵、乳、アレルギー対応)

材料(8個分)

米粉	20g
コーンスターチ	20g
黒砂糖(粉)	15g
重曹	0.5g
ニューMA-1	10g
マーガリン	10g
豆乳	15cc
さつまいも	20g

作り方

- ①米粉、コーンスターチ、黒砂糖、重曹、ニューMA-1、をボールに入れ混ぜる。
- ②マーガリンを入れ、手で混ぜ、ぱらぱらの状態にする。
- ③②に豆乳を入れ、こねながらひとまとめにする。
- ④さつまいもはかわの部分も使いみじん切りにし、水にさらし、水気をきっておく。
- ⑤③を8等分し、小さく丸め、④をまわりにつける。
- ⑥天板にオーブンシートをしき、⑤を少し離してのせ、オーブントースターで8分焼く。

小麦、卵、乳、ピーナッツアレルギーに対応。
コーンスターチを入れることで、サクサク感を出しました。
さつまいもを細かく切り、周りにつけ、ピーナッツの代用にし、
歯ごたえを出しました。

栄養価 (2個分)

エネルギー	タンパク質	カルシウム	鉄
89kcal	1.7g	13mg	0.2g

簡単にでき、身近に手に入る食材で作れることを
配慮しました。
市販で売られているおやつに近いものを提供したいとの
思いも入れました。
よく噛んで食べることも目的に入れ、噛み応えのある
おやつです。

