

ふわふわパンケーキ

おやつはもちろん、朝食にもピッタリなパンケーキ☆
冷蔵庫で冷やして食べてもおいしいですよ♪



[材料(幼児4人分)]

A

米粉	50g
アーモンドプードル	50g
片栗粉	50g
キビ砂糖	20g
重層	2g

B

絹ごし豆腐	50g
豆乳	100g
ハチミツ	30g
菜種油	40g

[作り方]

- ① Aの粉をボールに全て入れ混ぜておく(ふるわなくてよい)
- ② 絹ごし豆腐を粒々のない状態に潰しておき、
Bの材料全てをAのボールに入れ混ぜ、30分ほど室温でねかせる。
- ③ テフロン加工のフライパンに、ホットケーキ大にのばし、
両面キツネ色に焼いて、出来上がり。



野菜サラダとスープを付ければ
朝食メニューに早変わり☆