

つくってみよう！

ひまわりキッチンレシピ



「ひまわりたまごとはちみつの蒸しケーキ」

材料(5人分)：

○蒸しパンミックス	75g
○たまご	中1個
○はちみつ	大さじ 2/3
○牛乳	大さじ2
○サラダ油	大さじ1



作り方：

1. たまごをボールに割りほぐし泡立て器でまぜ、はちみつ、牛乳を加え、よく混ぜる。
2. 蒸しパンミックスを加えて混ぜ、最後にサラダ油を加えて混ぜる。
3. カップに入れて蒸し器で10分蒸す。

給食はミニカップなので、

お好みに合わせたカップで

分量を調節してください。

