

米粉のマフィン



合計加熱時間:20分



★アレルギー表示

卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに
あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイ	牛肉	くるみ
さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	松茸
もも	山芋	りんご	ゼラチン	ごま	カシューナッツ	

1人分

エネルギー		kcal	たんぱく質		g
脂質		g	炭水化物		g
食塩相当量		g	原価		円

～材料～ 直径7cmのマフィンカップ6個分

A米粉	150g
Aアーモンドパウダー	30g
Aグラニュー糖	50g
Aベーキングパウダー	10g
B溶かしバター(無塩)	40g
B牛乳	160g

設定	モード	水蒸気量	時間	温度
1	ホットエアー	-	20分	160℃

作り方

- 1 材料Aをボウルに入れ、ホイッパーでしっかり混ぜる
- 2 別のボウルに材料Bを入れ、ゴムベラでよくなじませる(バターが固まる場合は湯煎する)
- 3 1のボウルに2を加え、ゴムベラで混ぜる
- 4 全体が均一になったらカップに充填し、スチコン【設定1】で加熱する

ホシザキ東海株式会社 コンサル室

*ポイント

- ・乳アレルギー対応の場合は、牛乳→豆乳、バター→サラダ油に変更する
- ・バナナやココアパウダーを混ぜ込んで簡単にアレンジできます

