

♪♪♪♪♪ おうちで作ってみよう ♪♪♪♪♪ おやつレシピ ※全て4人分

おやつで大人気 お麩ラスク

〈材料〉
小町麩 30g
バター 30g
上白糖 30g
水 小さじ2

〈作り方〉
①鍋にバター、上白糖を入れて弱火にかけ溶かす。
②①に水を加えてさらによく混ぜる。
③ボールに入れて小町麩に、②を少量ずつ加え、全体に馴染むよう混ぜる。
④予熱したオーブン（160℃）で、片面5分ずつこんがり焼いたら完成♪



牛乳と一緒に
食べよう！

ほんのり甘い りんごケーキ



〈材料〉
ホットケーキミックス 100g
上白糖 大さじ3
スキムミルク 20g
水 80g
油 大さじ1.5
りんご 80g
(約1/3個)
りんごジャム 40g

〈作り方〉
①りんごは皮をむいて1cm角を目安に小さくカットし、薄い塩水にさっとさらす
②ホットケーキミックス、上白糖、スキムミルク、水を混ぜる。
※水は少しずつ様子をみながら調整して下さい。
③油、①のりんご、りんごジャムを②に加えさらに混ぜる。
④③を予熱したオーブンで175℃12~17分程度焼いたら完成♪
※粗熱をとってから切って下さい。



甘くておいしい 焼きおさつ

〈材料〉
さつまいも 中1本
(皮付き)
上白糖 27g
濃口醤油 1g
水 1g
キャノーラ油 12g

〈作り方〉
①さつまいもを皮付きのまま表面をよく洗い、約1cm幅の半月又はいちょうに切る。
②水にさらし、でんぷん質をよくとる。
③ボールに上白糖・醤油・水・油を入れよく混ぜる。
④水気を切ったさつまいもを③に入れよく混ぜる。



⑤フライパンに④を重ねられないように広げ、蓋をして中火にかける。
⑥フライパンの調味料がふつふつしてきたら弱火にし、4分焼く。
⑦さつまいもをひっくり返し、再び蓋をして弱火で4分焼く
⑧蓋をとり、中火で表面に焼き色を付ける（片面約4分）。
⑨さつまいもにつまようじを刺してみて、やわらかくなっていたら完成♪



彩りきれいな あじさいゼリー

〈材料〉
★ぶどうゼリー
100%ぶどうジュース180g
水 140g
粉寒天 1.5g
上白糖 24g
★カルピスゼリー
カルピス（原液）36g
水 180g
粉寒天 1.0g

〈作り方〉
①鍋に水と粉寒天を入れる。
②火にかけ、かき混ぜながら中火で2~3分沸騰させる。
③②に上白糖を加えよく溶かし、火を止める
※カルピスゼリーは③の作業はありません。
④③にかき混ぜながら、ジュースを加える。
⑤粗熱が取れたら、型などに入れ冷蔵庫で冷やす
⑥ぶどうゼリーとカルピスゼリーをカットする
(1.5cm×1.5cmのダイス状)
⑦⑥をあわせて盛り付ける。

