上新粉のあずきクッキー



材料（幼児4人分）

- 上新粉…大さじ6（50g）
- スキムミルク…大さじ1弱
- ベーキングパウダー…小さじ1/2
- 砂糖…小さじ4
- 無塩バター…小さじ4（16g）
- ゆであずき…大さじ3と1/2

作り方

① 上新粉、スキムミルク、ベーキングパウダー、砂糖をボウルに入れてよく混ぜる。
② バター、あずきも加え、粉っぽさがなくなるまでよく混ぜる。
③ 好きな形に成形し、170℃のオーブンで12分焼く。

POINT!

- クッキーを厚め（１㎝程度）に作ることでソフトクッキーのような食感になります。
- たくさん混ぜても硬くなる心配がないので、こどもとのおやつ作りに最適です。

栄養価（幼児1人分）

エネルギー 129kcal　たんぱく質 2.1ｇ　カルシウム 33mg　鉄 0.4mg