

米粉のかぼちゃスコーン



材料(幼児4人分)

- 米粉…50g
- 砂糖…15g
- ベーキングパウダー…3g
- 豆乳クリームバター…15g
- 無調整豆乳…40cc
- かぼちゃ…1/8個

作り方

- ① かぼちゃをレンジで柔らかくし、皮をむいてペースト状にする。
- ② 米粉、砂糖、ベーキングパウダーをボウルに入れて混ぜる。
- ③ ②に豆乳クリームバターを入れ、全体がポロポロになるまで手で混ぜる。
- ④ ③に豆乳、かぼちゃを入れて、さっくり混ぜ合わせる。
- ⑤ ひとまとまりになったら、食べやすい大きさに丸める。
- ⑥ 190℃に予熱したオーブンで15分程焼いて、できあがり。

POINT!

- ◇ 卵・乳・小麦不使用のスコーンです。
- ◇ かぼちゃ以外にも人参やさつまいもを使ってもおいしいです。
- ◇ 冷凍保存も2週間くらい可能です。トースターで5分程温め直すとまたおいしく食べられます。

栄養価(幼児1人分)

エネルギー 116kcal たんぱく質 2.3g カルシウム 17mg 鉄 0.2mg

