



つぼみ保育園のおやつ紹介 バナナケーキのつくりかた

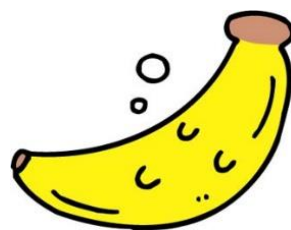


4月17日(月)のつぼみ保育園の午後おやつは、バナナケーキでした。優しい甘さがおいしい手作りおやつです。乳・卵不使用のため、乳・卵アレルギーをもつお子さんも同じおやつを食べました。ホットケーキミックスを使って簡単に作れますので、ご家庭でも作ってみませんか？



【材料(パウンドケーキ型1台分)】

- ホットケーキミックス…100g
(※園では乳・卵不使用のものを使用しています)
- バナナ…大1本(皮つきで170g)
- 無調整豆乳…大さじ3(45g)
- サラダ油…大さじ2(24g)
- 三温糖…大さじ2(18g)



【作り方】



(準備) オーブンを180℃に予熱します。

- ①ボウルにバナナを入れて、マッシャーなどでつぶします。



②①のボウルに三温糖、サラダ油、豆乳
を入れ、しっかり混ぜます。

③②にホットケーキミックスを加え、
さっくりと混ぜます。



④型に流し 180℃のオーブン
で30分焼いて、完成です。



ご家庭で作るときは…

- 完熟バナナを使うと、よりおいしくなります。
- 三温糖ではなく、白砂糖でもおいしく作れます。
- ご家庭のオーブンにあわせて、焼き加減を調節してください。

