

## \* 保育園のおすすめレシピ \*

### きなこマフィン

#### ひとくちメモ

きな粉の風味豊かなマフィンです。フォローアップミルクを使用して、鉄分を強化しています。

<材料 幼児 5 人分>

小麦粉	大さじ 3 弱(25g)	バター	大さじ 2(25g)
全粒粉	大さじ 3 弱(25g)	砂糖	大さじ 2 弱(15g)
きな粉	大さじ 2(10g)	卵	L1/2 個(30g)
ベーキングパウダー	小さじ 1/3(1.5g)	〔フォローアップミルク 水〕	40g
			大さじ 2 弱(25g)

<作り方>

- ① 小麦粉をふるい、全粒粉、きな粉、ベーキングパウダーを混ぜ合わせておく。オーブンを 180℃に予熱しておく。
- ② ボールに軟らかくしたバターを入れ、空気を含ませるように練る。砂糖を加え、白っぽくなるまで更に練る。
- ③ ②に卵を少しずつ加え混ぜる。水で溶かしたフォローアップミルクと①を加え、切るようにさっくりと混ぜる。
- ④ ③をアルミカップに入れ、180℃のオーブンで 15 分程度焼く。

※フォローアップミルク スティック 1 本は、14g 程度です。



#### ☆計量スプーン・カップについて

小さじ 1 = 5ml、大さじ 1 = 15ml  
1 カップ = 200ml です。

札幌市保育所給食基準献立より