【保育園】黒糖きなこ豆乳マフィン



材　料　　（カップ５個分）

ホットケーキミックス	100g
きな粉	7.5g(大さじ 1.5)
黒砂糖	30g(大さじ１と1/2)
油	10g(大さじ１弱)
調整豆乳	75g
紙カップ	5 枚

つくり方

① ホットケーキミックス、きな粉、黒砂糖をボウルに入れる。
② ①に油を入れ、さっくり混ぜる。
③ ②に調整豆乳を少しずつ加え、生地の固さを調節する。
④ ③を紙カップに流し入れ、オーブンで焼く。
（180℃ 15 分）
※オーブンの温度や焼き時間は機種によって異なります。様子を見ながら焼いてください。

保育園で人気のメニューです。
きな粉や豆乳が入ることでたんぱく質や食物繊維、鉄分を摂ることができます。手軽に作れるので朝食にもおすすめです。