



バナナケーキ



材料(子ども 5 人分)

小麦粉	75g
ベーキングパウダー	1.5g
バナナ	75g
バター	25g
砂糖	25g(大さじ 3 弱)
卵	50g

調理のヒント!

ホットケーキミックスで作る場合は、ベーキングパウダーは不要です。砂糖の量は減らしてください。

つくり方

- ① 小麦粉とベーキングパウダーを合わせて、ふるいにかけておく。
- ② バターを室温に戻し、クリーム状にしたら、砂糖と溶き卵を加えて泡立て器でよく混ぜあわせる。
- ③ ②に①をさっくり混ぜる。この中につぶしたバナナを混ぜて天板に流し、オーブンで焼く。(180度10~15分程度)

栄養士よりワンポイント

パウンド型に流し焼きしたり、アルミカップに入れて焼いても OK です。いろいろな形で楽しめますよ。