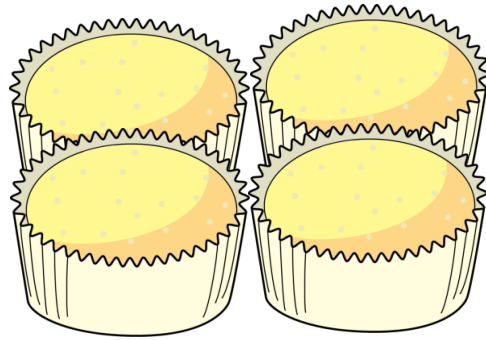


小麦アレルギー用レシピ

米粉の蒸しパン



〈材 料〉4個分

- ・ 米粉 60g
- ・ りんごジュース 60g
- ・ (果汁100%、無香料) 250g
- ・ ベーキングパウダー 小さじ2/3
- ・ 砂糖 大さじ1/2
- ・ 油 大さじ1/2
- ・ 塩 ひとつまみ

〈作り方〉

- ① ボウルにりんごジュース、砂糖、油、塩を入れ、よく混ぜる。
- ② ①に米粉とベーキングパウダーを加え、よく混ぜる。
- ③ 紙ケースを敷いた耐熱容器やシリコンカップに②を七分目まで入れる。
- ④ 蒸気の上上がった蒸し器に入れて、強火で10分蒸す。