

つくってみませんか？

しっとり米粉で はちみつマドレーヌ

《材 料》(約 15 個分)

福岡県産米粉	100g
ベーキングパウダー	小さじ3/4
卵	2個
砂糖	70g
はちみつ	大さじ1と1/2
無塩バター	90g
牛乳	大さじ1
バニラエッセンス	少々



《作り方》

- ① 米粉とベーキングパウダーは合わせてふるっておく。
- ② ボウルに卵を入れて、湯せんにかけてあたためながら泡立て、砂糖、はちみつを加え、約2倍以上になるまで泡立てる。
- ③ バニラエッセンスを少々加え、
①を加え混ぜて、ゴムベラで切るように混ぜ合わせる。
- ④ 湯せんで溶かしたバターと牛乳を入れ、生地を底から軽くふんわりと混ぜる。
- ⑤ マドレーヌ型に8分程度生地を入れて、180度のオーブンで約12～15分焼く。

外はサクサク、
中はしっとり(?)



(健康福祉部会 食生活改善推進会)