

# えごまの蒸しケーキ



【材 料】 \* \* \* \* \*

サラダ油 大さじ 1

砂糖 20g

牛乳 40g

ベーキングパウダー 小さじ 1/2

薄力粉 40g

えごま 大さじ 1

甘納豆 24g

\* \* \* \* \*



【下準備】

えごまをフライパンに入れる。

弱火にかけ、香ばしく炒る。

甘納豆は、熱湯を回しかけ砂糖を洗い流し、粗みじんに切る。

作り方は裏面へ

令和4年3月

## 【作り方】

### ①生地を作る

ボウルにサラダ油と砂糖を入れて混ぜる。

②牛乳を加え、さらに混ぜる。


③ベーキングパウダーと薄力粉を合わせて振るい入れ、さっくり混ぜる。

④えごまと甘納豆を加え混ぜる。

## 【仕上げ】

⑤耐熱容器（直径7cm程）に紙カップを敷き、生地を流し入れる。

⑥フライパンに3cm程湯を沸かす。キッチンペーパーを敷き、⑤を置く。蓋をして弱火～中火で13分蒸す。

 飛騨市薬草ビレッジ構想推進プロジェクト



web



facebook



instagram

令和4年3月