

つくってみませんか？

くわの葉とおからを入れて蒸しパンにしました

<くわの葉入りおから蒸しパン>

材料(4こ分)

ホットケーキミックス	…	120g
おから	…	60g
豆乳	…	120g
さとう	…	16g
油	…	12g
くわの葉	…	0.8g

作り方

- ① おからに豆乳を入れてほぐす
- ② すべて入れてだまにならないようによく混ぜる
- ③ カップに分けて入れ、蒸気のあがった蒸し器で蒸す

