いちごマフィン

~イチゴのマフィン 8個分~

《栄養成分》
イチゴマフィン 1 個**あたり**73kcal **たんぱく**質 0.946g 塩分 0.143g **バナナマフィン 1** 個**あたり**78kcal **たんぱく**質 0.9g 塩分 0.143g

※フルーツの代**わりにココア**小**さじ**２杯**と**半卵40g**トッピング**用**にたんぱく**調整**チョコレート 1** 枚**を**包丁**で ごく**薄**く**切**ってチョコレートマフィンが**出来**ます**。

アイビーさんレシピ20100817