紅芋のクッキー

食材名	使用量(g)	エネルギ□(kcal)	たんぱく質(g)	カリウム(mg)	リン(mg)	食塩相当量(g)
ｼﾞﾝｿﾞｳ　先生のでんぷん薄力粉	100	360	0.2	10	32	0.2
ｼﾞﾝｿﾞｳ　先生のでんぷんﾎｯﾄｹｰｷﾐｯｸｽ	100	382	0	3	28	0.6
紫いもの粉	10	37	0.52	-	-	0.01
無塩バター	50	382	0.25	11	9	0
生クリーム	80	346	1.6	64	40	0.1
はちみつ	20	59	0.04	3	1	0
ｸﾞﾗﾆｭｰ　糖	10	39	0	0	0	0
合計		1605	2.61	91	110	0.91

【　作り方　】

①　でんぷん薄力粉、ホットケーキミックス、紫いもの粉、グラニュー糖をボールに入れて混ぜ合わせる。

□□1□□角に刻んだバターを加え、手でもみこむようにして混ぜる

③　生クリームと蜂蜜を加えてよく混ぜる。

④　鉄板に20個に分けて並べ、180℃のオーブンで約15分焼く。

《ワンポイントアドバイス》

◆

「たなきよレシピ200909」

有限会社オトコーポレーション
☎0465-46-1210
〒250-0874 神奈川県小田原市鴨宮223-16