

ゴマクッキー

食材名	使用量(g)	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	カリウム(mg)	リン(mg)	食塩相当量(g)
ジンザリ 先生のでんぷん薄力粉	80	288	0.16	8	26	0.16
ジンザリ 先生のでんぷんホットケーキミックス	20	76	0	3	28	0.12
トレハロース	5	18	0	0	0	0
グラニュー糖	10	39	0	0	0	0
でんぷんアメ	10	39	0	0	0	0
バター	30	224	0.18	8	5	0.57
ショートニング	10	92	0	0	0	0
たまご	5	7	0.62	7	9	0.02
生クリーム	20	89	0.3	0	0	0.12
炒りごま	10	60	2.03	41	56	0
合計		932	3.29	67	124	0.99

投稿レシピ オトクッキング倶楽部のレシピ 20040501