

たまごパン

食品名	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 (g)
ジンゾウ先生のでんぷん パンミックス	320	1197	0.6	38	118	2.35
ドライイースト	3	12	1.3	60	33	0
オリーブオイル	13	120	0	0	0	0
卵	40	60	4.9	52	72	0.2
水またはぬるま湯	220	-	-	-	-	-
合計		1389	6.8	150	223	2.55

【 作り方 】

材料を順番にホームベーカリの釜に入れる。

3時間くらいのコースを選んでスイッチを入れる。

焼きあがったらすぐに型からはずしてあら熱をとる。



《ワンポイントアドバイス》

生地だけホームベーカリーで作って、丸いケーキ型に移し、220 のオーブンで約40分焼くとケーキの様にできます。途中で表面に焼き色がついたら、アルミホイルをかぶせます。

「でんぷんママさんのレシピ20121201」

有限会社オトコーポレーション

☎ 0465-46-1210

〒250-0874 神奈川県小田原市鶴宮223-16