

# 炊飯器のチョコレートケーキ

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)
でんぷん ホットケーキミックス	100	382	0	3	28	0.6
グラニュー糖	10	39	0	Tr	0	0
ココアパウダー	8	33	1.8	-	-	0.1
卵	40	60	4.9	52	72	0.2
無塩バター	10	76	0.1	2	2	0
水	20	-	-	-	-	-
たんぱく調整 チョコレート	5枚	250	0.5	40	25	0
合計		840	7.3	97	127	0.9

パウンド型に入れて、170℃に予熱したオーブンで30分焼いても、違った風味が楽しめます。

riuさんのレシピ20130215