

お餅でしっとりパン

でんぷんお餅をすりおろして入れるだけの簡単アレンジです。

焼き上がりはしっとりもちもち。そのまま食べてもポロポロしません。お試し下さい

1斤分

食品名	使用量	エネルギー (kcal)	タンパク質 (g)	脂肪 (mg)	リン (mg)	食塩 (g)
でんぷん パンミックス	1袋□320□□	1197	0.6	38	118	2.35
ドライイースト	3□	12	1.3	60	33	0
マヨネーズ	17□	120	0.26	3	6	0.3
ぬるま湯	250□					
でんぷん お餅	1個□50□□	103	0.05	2	5	0.1
合計		1432	2.21	103	162	2.75

オトクッキング倶楽部 (2013.04.25)