

おからマドレーヌ

【材料 4人分】

・ バター	18 g
・ 小麦粉	大さじ4
・ ベーキングパウダー	小さじ1/2
・ 砂糖	大さじ2
・ おから	30 g
・ 調整豆乳	80 ml
・ はちみつ	小さじ1
・ バニラエッセンス	適量
・ マドレーヌカップ	4 個



【作り方】

- ① バターは溶かして、小麦粉・ベーキングパウダーは合わせてふるっておく。
- ② 溶かしバターに砂糖を加えて混ぜ、おから・豆乳・はちみつ・バニラエッセンスを加えて混ぜる。
- ③ ふるった小麦粉を少しずつ②と混ぜ合わせ、マドレーヌカップに入れる。
- ④ 180℃に熱したオーブンで20分程度焼く。

栄養満点のおからを子どもたちが食べやすいように、マドレーヌにしました。

