おからマドレーヌ

【　材 料　】　４人分

〈目安量〉

- バター　18g
- 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　30g
- 調整豆乳　80g
- 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　4g



【　作 り 方　】

① バターは溶かし、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。

区公式HPで
順次公開！