

米粉でつくる 白いパンケーキ



食物アレルギー
配慮レシピ



材料 (4人分)

「1歳からの好み焼粉米粉」(オ)	200g
豆腐(絹)	200g
豆乳	200ml
砂糖	20g
油(サラダ油等)	20g
【トッピング】	
メープルシロップ	大さじ2
その他好みの果物	お好みで



作り方

- ① ボウルにすべての材料を測り入れ、ダマが無くなるまでしっかり泡だて器で混ぜる。
- ② フライパンを弱火～中火に温め、生地を落として片面を焼く。(直径8cm)
- ③ ひっくり返して蓋をして焼く。
- ④ 蓋をとり、ひっくり返して、中火で1分間表面に焦げ目がつくまで焼く。
- ⑤ お皿に盛り付け、お好みでトッピングして完成。

注)

- メニューレシピ内の()は企業名の略称です。
(オ) オタフクソース株式会社、(ケ) ケンミン食品株式会社、(永) 株式会社永谷園、
(日) 日本ハム株式会社、(ハ) ハウス食品株式会社
- 特定原材料7品目不使用です。
特定原材料とは「卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに」です。
(*)使用商品中の海苔については、えび・かにの生息域で採取しています。



使用商品

