



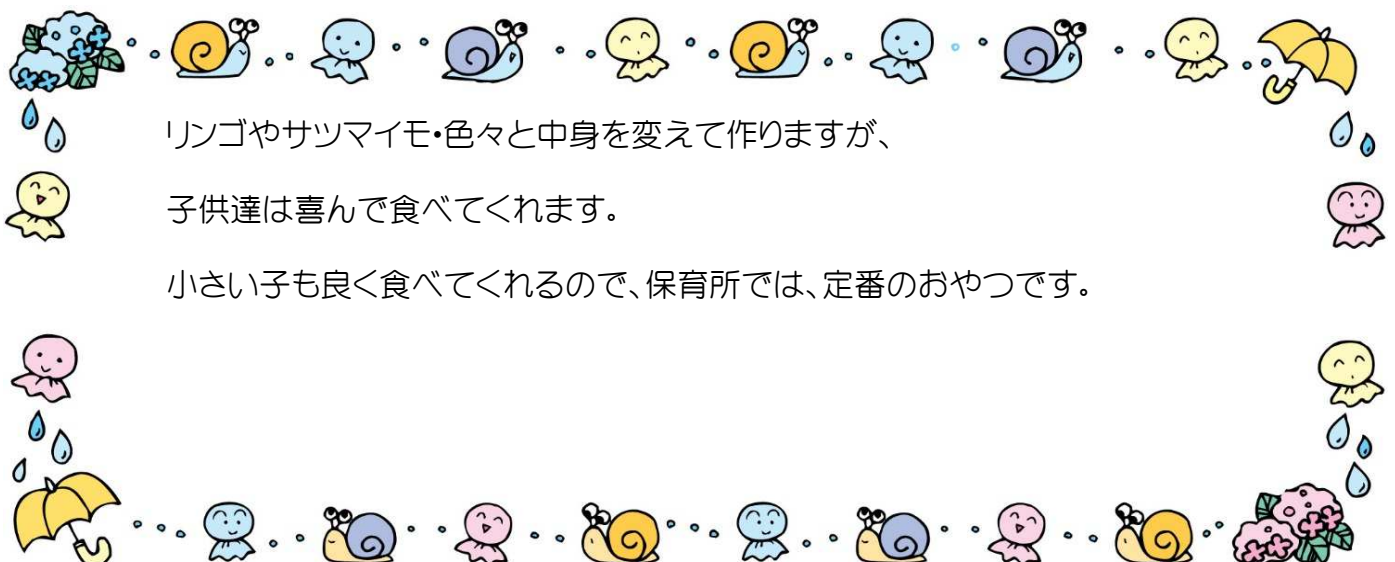
フルーツ蒸しパン

□ 材料	約4人前
ケーキ ミックス	150g
牛乳	200cc
リンゴ 砂糖	1個 50g



□ 作り方

- 【1】 リンゴは皮を剥き、1センチ角に切り砂糖と鍋に入れ煮る。
- 【2】 煮立ったら弱火にして水分がなくなったら火を止め冷ます。
- 【3】 ホットケーキミックス・牛乳を入れよく混ぜ、【2】を加える。
- 【4】 アルミカップに流し入れ10分程蒸す。



リンゴやサツマイモ・色々と中身を変えて作りますが、

子供達は喜んで食べてくれます。

小さい子も良く食べてくれるので、保育所では、定番のおやつです。