

フラウニー

《材 料》4人分

小麦粉		130g
ベーキングパウダー		小さじ2
純ココア		大さじ2.5
さとう		75g
卵		3個
牛乳		60ml
サラダ油		大さじ5
バター		30g
くるみ		40g

《作り方》

- ① 小麦粉・ベーキングパウダー・ココア
は一緒にふるっておく。
- ② ボールに卵を溶きほぐし、さとうを入
れてよく混ぜる。
- ③ 牛乳、サラダ油を入れて混ぜる。
- ④ ①と刻んだくるみを入れて混ぜる。
- ⑤ 溶かしバターを入れて混ぜる。
- ⑥ オーブンの天板にクッキングシート
を敷き、生地を流し入れる。
- ⑦ 180℃で15～20分焼く。

混ぜて焼くだけなの
で、ケーキ初心者の人
でも大丈夫！



もりもりたべるくん

大竹市給食センター