

# 小豆の米粉蒸しパン



メモ

あんこの甘さのみでやさしい味です。  
米粉を使うことでもちもちに仕上がります。

エネルギー	たんぱく質	カルシウム	鉄
120kcal	2.4kcal	26mg	0.5kcal

レシピ (おやつ)

## 小豆の米粉蒸しパン

### 《材料 幼児5人分》

・米粉	75g	・豆乳	110g
・ベーキングパウダー	小さじ1	・油	小さじ1
		・つぶし餡 (砂糖添加のもの)	60g

### 《作り方》

- ①米粉とベーキングパウダーを合わせておく。
- ②ボウルに豆乳、油、つぶし餡を入れて泡だて器でよく混ぜる。
- ③ボウルに①を加えて混ぜ、アルミカップに入れて100度、12分程度蒸す。