

献立名：手作りスコーン

★おやつ

材料（約15～20個分）

ホットケーキの素	200g
無塩バター （室温に戻す）	45g
鶏卵	23g(約1/2個)
牛乳	45cc
レーズン	35g



作り方

- ①溶いた卵に牛乳を混ぜておく。
- ②ボールでホットケーキの素とバターを混ぜ合わせ、ポロポロ状にする。そこに、①を少しずつ入れ混ぜ合わせる。
- ③②の生地にはレーズンを入れ、一つにまとめる。
- ④打ち粉をした平らなところで生地を広げ、約1cmの厚さにする。
- ⑤好きな形※に切りとり、約200℃のオーブンで10～12分焼く。

※好きな形にしてみよう！

- ◎クッキーの型でくりぬく。
- ◎生地を棒状にし、包丁で切ったあと円形に整える。
- ◎生地を広げたら、三角に切る。…など、お好みでどうぞ♪

《一人あたり栄養価》

エネルギー	219 kcal
たんぱく質	3.6g
脂質	8.8g
カルシウム	51 mg
鉄	0.4mg
塩分	0g

一口メモ

チョコチップなど、中に入れるものかえてもおいしいです。お子さんと一緒に楽しめます♪