


ブラウニー（小麦）			(幼児1人分の分量) *大人は2倍にしてください
材 料	分 量	備 考	作 り 方
薄力粉	15g	大さじ1.5	<p>薄力粉は振るっておき、アーモンドパウダー、ココアパウダー、ベーキングパウダーを混ぜ合わせておく。砂糖にサラダ油を加えて混ぜ、次に豆乳を加えて混ぜ合わせる。</p> <p>に を加えてさっくりと混ぜ、天板に流し込んで180 のオーブンで約20分焼く。</p> <p>焼けたら切り分けて皿に盛り付け、粗熱がとれたら粉砂糖をふりかける。</p> <p>適当な大きさに砕いたクルミを炒って、生地に混ぜて焼いてもおいしいです。</p> <p>豆乳は、同量の牛乳に変更できます。</p>
アーモンド（粉末）	2.5g		
ココア(純ココア)	2g	小さじ1	
ベーキングパウダー	0.3g	少々	
砂糖	10g	大さじ1	
サラダ油	10g	大さじ1弱	
豆乳	20g	大さじ1強	
粉砂糖	適宜		
			
			エネルギー 222kcal たんぱく質 2.7g 脂質 12.8g カルシウム 26mg 鉄 0.7mg 食塩相当量 0.1g

料理名の後の（ ）の食品は特定原材料のうち使用している食品です。