

献立名：カップでおにまんじゅう

<できあがり図>

<材料> (5人分)

ホットケーキミックス

1 / 2カップ

小麦粉

1 / 2カップ

さつまいも

100g

さとう

大さじ1

塩

少々

牛乳

80~100cc

<用意する道具>

蒸し器・アルミカップ (1人2枚)・
ボウル・ざる・ゴムべら・スプーン・
竹ぐし

<作り方>

- ①さつまいもをよく洗い、1cm角に切って水にさらして、ざるにとる。
- ②蒸し器で湯をわかしておく。
- ③ボウルにホットケーキミックス、小麦粉、さつまいも、さとう、塩を入れ、牛乳を加えて混ぜる。
- ④アルミカップに入れて、15分程度蒸す。
(竹ぐしでさして何も付いてこなければできあがり)

<気をつけることやポイントなど>