

～ マフィン ～



【基本】

材 料	分 量 (幼児)		作 り 方
	1人分	7人分	
小麦粉	15g	110g	① 小麦粉・ベーキングパウダー・スキムミルクをあわせてふるう。 ② 卵・砂糖をよく混ぜたら、①を加えてサックリと混ぜ合わせる。生地のは硬さは水で調節する。 ③ 溶かしバター（又はマーガリン）を加えてひと混ぜする。 ④ カップに③の生地を流し入れ、180℃に予熱しておいたオーブンで12分程度焼く。
ベーキングパウダー	0.6g	4g	
スキムミルク	7g	50g	
卵	7g	1個	
砂糖	5g	35g	
水	適宜		
バター 又は マーガリン	4g	30g	

… アレンジいろいろ …

【基本】の作り方からの展開



ココアマフィン	ブルーベリーマフィン	ヨーグルトマフィン
①で、 <u>ココアパウダー 0.5g</u> を加えて、あわせてふるう。 *きな粉を加えれば『きな粉マフィン』	③で、溶かしバターを加えてひと混ぜしたら、 <u>ブルーベリージャム 7g</u> を加えて更に混ぜる。 *好みの果物のジャムを使ってよい *甘みが強い場合は、砂糖の量を減らす	②で、粉を加えてサックリ混ぜたら、 <u>プレーンヨーグルト 25g</u> を加えて更に混ぜる。生地が硬いようであれば水で調節する。



素材を味わう



～野菜やいも類、果物を使ったアレンジ～

角切りにした「かぼちゃ」や「さつまいも」を入れて、「かぼちゃ/さつまいもマフィン」に



切って電子レンジで加熱しておけば生地に入れて焼くだけ！



トッピング用に輪切りのバナナをのせたら、見た目もきれい！

粗つぶした「バナナ」を入れて、「バナナマフィン」に

