



ちさんちしょうりょうりたけん
地産地消料理体験

こめこ む
～米粉の蒸しカップケーキ～



つくりかた
～作り方～

ざいりょう
材 料

- | | |
|----------------|------------|
| こめこ | ぎゅうにゅう |
| ・★米粉 30g | ・牛乳 70cc |
| ・★きな粉 20g | ・チョコチップ 適量 |
| さとう | |
| ・★砂糖 15g | |
| ・★ベーキングパウダー 2g | |

- ①★をよくあわせ、^{すこ}少しづつ^{ぎゅうにゅう}牛乳^{くわ}を加え^ま混ぜる
 - ②①をスプーン等で^{とう}紙^{かみ}カップ^{ろくぶんめ}の六分目^いくらいまで入れ、トントンと^{つくえ}机^おに落とし、^{くうき}空気^ぬを抜く
 - ③チョコチップを^{この}お好み^のでのせる
 - ④②を^{まめばち}豆鉢^{みず}にセットし、^い水^{あたた}を入れて^む温^きめて^いおいた^い蒸し器^いに入れ、^{ふた}蓋^むと^き蒸し器^{あいだ}の^{まいはさ}間^{ふん}にキッチンペーパーを1枚挟み、15分ほど^む蒸す。
 - ⑤15分経ったら^{ふん}竹串^{たけぐし}で^{かみ}紙カップ^とだけを取り出し、^だ粗熱^{あらねつ}を取る
- ※この時、^{とき}豆鉢^{まめばち}は^{たいへんあつ}大変熱^{ぜったい}くなっているので、^{さわ}絶対に触^{さわ}ってはいけません。

