

女性部が教えます!

# 米粉でつくろう かんたん レシピ集

(稲川支部)



## 酒かすクラッカー

### ■材料

米粉	100g
酒かす	20g
ナタネ油またはオリーブオイル	
	大さじ2
塩	小さじ1/2
水	大さじ1
酢	小さじ2

### ■作り方

- ①米粉に酒かす、油、塩を入れて、指先を使ってポロポロのそぼろ状にします。
- ②水と酢を加え、練らずにまとめます。  
(※水分が多いもしくは足りない場合は適宜調整してください。また、酒かすによっては酸味があるものがありますので、その場合は水で代用してください)
- ③厚さ5mmに伸ばして細く切り分けます。
- ④160℃に余熱したオーブンで約10分焼いて出来上がり(フライパンで焼いてもOK)。

レシピのバックナンバーは当JAホームページでご覧いただけます。