

女性部が教えます!

# 米粉でつくろう かんたん レシピ集

(吹浦支部)



## 豆腐入りモロヘイヤ蒸しパン

### ■材料 (約5個分)

米粉	100g
モロヘイヤ粉	小さじ2
ベーキングパウダー	小さじ1
卵 (Lサイズ)	1個
砂糖	55g
絹ごし豆腐	120g

### ■作り方

- ①米粉、モロヘイヤ粉、ベーキングパウダーは合わせてふるっておきます。
- ②ボウルに卵を入れ、砂糖を加えて泡立て器で混ぜます。ザルなどでこした豆腐、①の順番に入れ、さらに混ぜ合わせます。
- ③プリン型などに紙型を敷き、②の生地を8分目まで入れます。蒸し器に入れ、弱火で15分ほど蒸したら完成です。

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。