

★ 1歳からのオススメおやつ★

粉ミルク消費！簡単蒸しパン

材料 ≪約 12×12×5cm の保存容器一つ分≫

小麦粉 … 60g

ベーキングパウダー … 4g

粉ミルク … 60g

(お湯で溶かしたもの)



作り方

- ① 耐熱容器容器に材料を全て入れてさっくりとかき混ぜる。
※混ぜすぎるとベタついてしまうので注意。
- ② ふんわりとラップをする。
- ③ 600wで1分半(500W 2分)加熱する。
- ④ 加熱が足りないようなら、様子をみながら再度加熱。



バナナ30g足して作った蒸しパン

洗い物も少ない、栄養満点ラクチン蒸しパンです♪
もちろん大人が食べても美味しいですよ！
バナナ、きな粉、ほうれん草、フロッキーなど…
シンプルなのでいろいろな食材を入れてアレンジしてみてね。
粉ミルクじゃなくても牛乳や豆乳で代用可です☆

