

穂積だより

令和2年6月

33号

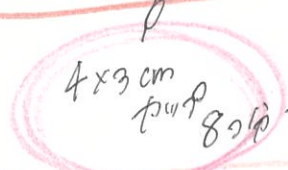
最近はおたかくなりに梅雨のあし暑さも目立ってきましたね!
 コロナウイルスの流行で おうち時間が増え、お家の生活が
 見れずのが、今回はおうち時間にピッタリなお家のレシピを
 紹介しよう! 県内のコロナウイルス感染者は減りつつありますが
 油断せず手洗いや換気を徹底しよう!!



～おうちおやつレシピ～

いちごの米粉マフィン ✿ 生地にはイチゴを切り混ぜた米粉で作るマフィン ✿

- ♡ 材料(4人分) ♡
- イチゴ ... 6コ
 - 砂糖 ... 40g
 - 卵 ... 1コ
 - A [米粉 ... 120g
 - ベーキングパウダー ... 小さじ1(4g)
 - B [コーンスター油 ... 50g
 - サラダ油(米油) ... 60g



- ♡ 作り方 ♡
- ① イチゴ4コは1cm角に切り砂糖20gをまぶしておく
 - ② 残りのイチゴは縦4つに切る
 - ③ Aは合わせてよく混ぜる
 - ④ ボウルに卵を割り入れよく混ぜ、残りの砂糖とBを加えて混ぜる
 - ⑤ ④に①を加えてよく混ぜ、③を再度よく混ぜ合わせる
 - ⑥ 8等分ずつ流し②を等分にのせ180℃に熱したオーブンで20分焼く

メモ

米粉をつかっているのが2日ほどたつと固くなるので電子レンジで10秒ほど加熱するともちもちとした食感が戻ります!
 2016年4月号の光栄

皆様のおうちの生活が少しでも楽しいものとなりますように

JAぎふ 穂積支店 TEL 326-3131