

おやつレシピ

かぼちゃのカップケーキ



【材料】（2人分）

かぼちゃ	50 g
砂糖	9 g
絹ごし豆腐	45 g
豆乳	10 g
米粉	20 g
ベーキングパウダー	1 g

【作り方】

- ① かぼちゃはトッピング用に5 gほどとり、5 mm角に切る。残りのかぼちゃはやわらかくゆでておく。
- ② ゆでたかぼちゃはつぶし、砂糖、豆腐、豆乳を加えてよく混ぜる。なめらかになったら米粉とベーキングパウダーを加えてしっかりと混ぜ、生地を作る。
- ③ 生地をアルミカップに流し入れ、トッピング用のかぼちゃを散らす。200℃に予熱したオーブンで10～12分焼く。

☆米粉のかわりに、ホットケーキミックスでもできますよ！