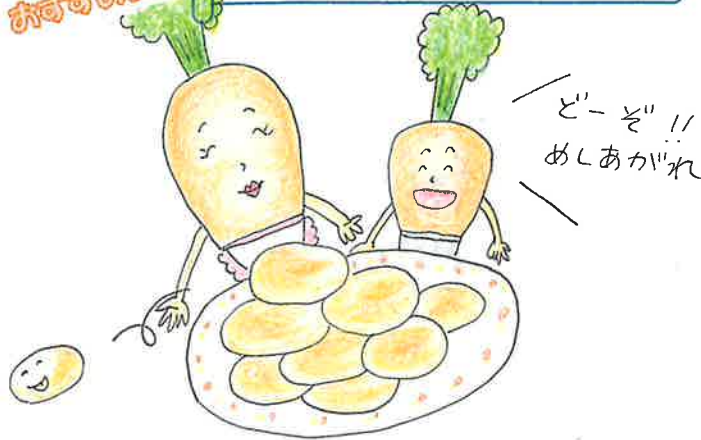


# キャロットクッキー

保育園給食  
おすすめレシピ



ゆかせんせいのおススメ一言

さっくりしていて  
おいしいです!



<材料 4人分(大人2人+幼児2人分)>

小麦粉 90g  
 ベーキングパウダー 2.4g(小さじ1/2)  
 卵 30g(大1/2個)  
 バター 30g(大さじ2・1/2)  
 砂糖 30g(大さじ3強)  
 にんじん 24g(中1/4本)

<作り方>

1. 小麦粉とベーキングパウダーは合わせてふるっておく。
2. バターは室温に戻して柔らかくしておく。
3. にんじんはすりおろし、汁気をしぼる。
4. バターをクリーム状に練り、砂糖を加え混ぜる。
5. 溶き卵を少しずつ加える。卵は最後に塗る分を少し残しておく。
6. ⑤に①と③を加えて混ぜる。
7. 麺棒で伸ばし、適当な大きさに切る。  
(棒状に伸ばして切ったり、丸めてもよい)
8. 卵を表面に塗り、190~200℃のオーブンで約15分きつね色に焼く。

<栄養価(幼児1人あたり)>

エネルギー	カルシウム	食塩
123kcal	18mg	0.1g