



レンジでふんわり にんじん蒸しパン



材料3～4人分

ホットケーキミックス	1袋(150g)
にんじん	50g
牛乳	70ml
卵	1個
砂糖	大さじ1
サラダ油	小さじ1

作り方

- ①電子レンジ対応容器にクッキングシートを敷いておく。
- ②にんじんは皮ごとすりおろすか、2cm角に切り、牛乳と一緒にハンドブレンダーにかける。
- ③ボウルに卵を割りほぐし、砂糖、②、ホットケーキミックス、サラダ油を入れ、混ぜ、①に生地を流す。
- ④斜めにフタをして、電子レンジ600Wで3分加熱する。
- ⑤お好みの大きさに切る。