

# 簡単おやつ！

## にんじん・小松菜入りいんごのドーナツ



材料(10個分)



りんご	2個
ホットケーキミックス	150g
卵	1個
牛乳	110~120ml
にんじんすりおろし	2cm分
小松菜	2枚
油	適量
砂糖(上白糖でも三温糖でもお好みのもので)	
シナモンパウダー(お好みで)	

### 作り方

- ① にんじんはよく洗って皮付きのまま1. 5cm幅の輪切りにし、芯はスプーンでくい抜く。
- ② ボウルに卵を溶きほぐし、牛乳とホットケーキミックスを加えて混ぜる。半分に、にんじんすりおろし、半分に小松菜のみじん切りを加え混ぜる。
- ③ フライパンに油を2cmほど入れて160℃に熱し、りんごを②にからめて揚げる。
- ④ 両面こんがり揚がったら油をよく切り、お好みで砂糖とシナモンパウダーをふる。