

コロナに負けるなレシピ集【牛乳・乳製品料理③】

乾パン de ドーナツ（10個分）

硬い乾パンを使った、おやつにぴったりもちもちドーナツです。簡単なのに本格的！ （農林水産省）	
■材料 ◇乾パン80g 牛乳100ml 卵(M サイズ)1/2 個 砂糖大さじ1 揚げ油適量 グラニュー糖適量 ■ お好みで 抹茶小さじ1 きな粉小さじ1	《作り方》 ① 乾パンをごく粗く砕き、牛乳を加えて混ぜ、牛乳が染み込むまで約15分漬けておく。 ② ①に卵、砂糖を加えてよく混ぜる。 ③ ②のタネを10個に分け、丸めて形を整える。（1個につき、500円玉サイズが目安） ④ 180℃の揚げ油で表面がキツネ色になるまで揚げる。 ⑤ 揚げたら、グラニュー糖を全体にまぶす。 ⑥ お好みで抹茶やきな粉をまぶし、味を変えても美味しいです。
コツ・ポイント ・◇は備蓄食品。 ・砕いた乾パンは、ジッパー付き保存袋に入れ、横にしておくと牛乳が染み込みやすいです。牛乳が染み込むほどもちもちになります。 ・乾パンは砕きすぎないように注意してください。 ・タネの大きさを揃えると、火の通りが一様になります。	
このレシピの生い立ち 愛知学院大学心身科学部健康栄養学科公衆栄養学ゼミナール生が考案した、ローリングストック法普及レシピです。	

（出典元：クックパッド「農林水産省のおすすめレシピ」）

