

# 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)

<b>■材料</b> ◇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  <b>■ お好みで</b> 抹茶 小さじ1 きな粉 小さじ1	<b>《作り方》</b>  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 揚がったら、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、火の通りが一樣になります。

### 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」)

<https://cookpad.com/recipe/5475523>

