

米粉のマフィン

【材料】 6 個分

米粉	120g
卵	1個
きび砂糖	50g
米油	50g
豆乳	60g
ベーキングパウダー	小さじ1
バナナ	1本
レモン果汁	小さじ1
チョコチップなど	適量



【作り方】

- 1 バナナは0.5～1cm厚さに切り、レモン果汁をまぶしておく。
- 2 卵に砂糖を入れ混ぜ、米油、豆乳の順に加え、その都度混ぜる。
- 3 2に米粉を加え、よく混ぜる。
- 4 3にベーキングパウダーを入れてよく混ぜる。
- 5 バナナなどの具材を入れ、さっと混ぜ、型に流し込む。
- 6 175度のガスオーブンで15分、160度に落として10分焼く。

【ワンポイント】

- ☆ 米粉はふるわなくてよい
- ☆ 米粉はグルテンがないのでぐるぐるとよく混ぜてよい。
- ☆ 米粉のメーカーによって豆乳の量、卵の量を調節する。
- ☆ 豆乳の濃度によって量を調整する。