

## 甘さ控えめ

## 米粉のバナナマフィン

## 材料 (直径7㎝のマフィン型5個)

◆米粉	90g
◆白すりごま	$20\mathrm{g}$
<b>◆ベーキン</b> グパウダー	6g
◆塩	ひとつまみ
バナナ	100g
☆メープルシロップ	$20\mathrm{g}$
☆豆乳	$40\mathrm{g}$
☆植物油	40g

## 下準備・使う器材

- ・マフィン型にシリコン加工されたグラシンカップを敷く。
- ・オーブンを170度に予熱する。



オーブン・天板・ボウル2個・フォーク・ゴムベラ・マフィン型・グラシンカップ・スケール

01

◆の材料を全てボウルの中に入れ フォークでよく混ぜます。



02

別のボウルにバナナを入れ、 フォークでとろとろになるまでつ ぶします。



03

②のボウルに☆の材料を全て入れ 乳化するまでよく混ぜます。



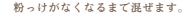
06

③のボウルに①の粉類を入れま す。

04



05





グラシンカップを入れた型に生地 を入れます。



レシピの商用利用、無断転載はご遠慮ください。 copyright@2023石坂佳央理All Right Reserved

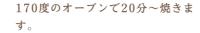


07

08

09

バナナが余ったら飾りにしてもか わいいです。 (なくてもOK)



出来上がり♡







ホッイント

甘さ控えめです。

シュガースポットが出てるくらいのよく熟したバナナがおすすめです。 米粉は製菓用をお使いください。 焼成温度はご自宅のオーブンに合わせてくださいね。



IF YOU CARE ラージベイキングカップ



マゴメ お米の粉



ムソー 有機しっとりすりごま



シリコンカップはIF YOU CAREを使用しています。 植物油は圧搾法で作られた菜種サラダ油を使用しています。 塩は自然海塩を使用しています。