

3月8日 おやつメニュー

おからクッキー

【材料 12枚分】

おから	60g
小麦粉	60g
卵	1/2個
無塩バター	30g
砂糖	30g



【作り方】

- ① おからをフライパンで乾煎りし、水分をとばして冷ましておく
- ② 小麦粉はふるいにかける
- ③ 室温に戻しておいたバターを白っぽくなるまでよく混ぜ、そこへ砂糖を入れてさらによく混ぜる。
- ④ ③に溶き卵を少しずつ入れその都度分離しないようによく混ぜる。
- ⑤ ④へ小麦粉、おからを入れ、さっくりと混ぜる。
- ⑥ 天板にオーブンシートを敷き、好きな形に生地を並べ、160～170℃のオーブンで約15～20分焼き完成！

☆おからを乾煎りする時は、フライパンに焦げ付きやすいので、焦がさないように弱火でじっくり、よくかき混ぜながらいることをおすすめします♪