



米粉のホットケーキ

ふんわりもっちりとした米粉のホットケーキ

お好みでメープルシロップやバターをのせてお召し上がりください

材料（3枚分）

- ・ HP米粉N…100g
- ・ ニップンふっくらベーキングパウダー…8g
- ・ 卵…1個
- ・ 砂糖…40g
- ・ 牛乳…60g
- ・ サラダ油…12g

<トッピング>

- ・ メープルシロップ、バターなどお好みで

ワンポイントレッスン

小麦粉と違ってグルテンができないので
しっかり混ぜても硬くなりません

生地をフライパンに落とすときは、
少し高い位置から落とすと丸く広がります

作り方

- ①すべての材料をホイッパーで混ぜる
- ②フライパンに薄く油を塗り、中火で熱する
- ③ぬれたふきんの上にフライパンを置いて熱を取り、再び中火にかける
- ④80gの生地を中心に落とす
- ④約3分焼き、表面にぷつぷつと穴が出てきたら裏返し、約2分焼く
- ⑤器に盛り、お好みでバター、メープルシロップをかける