

キャロットケーキ(10個分)



材 料 名		分量	調 理 法
小麦粉		250g	① 小麦粉・シナモン・ベーキングパウダーふるう。 にんじんはすりおろす。 ② 鶏卵と砂糖をよく泡立てる。 ③ 油・にんじん・塩を加える。 ④ ①の粉を入れて、さっくり混ぜ合わせる。 ⑤ アルミカップに流し、スライスアーモンドをふる。 ⑥ オーブンで焼く。 (180℃ 20分を目安に調節する。)
シナモン		小さじ1	
ベーキングパウダー		小さじ1	
にんじん		1本	
鶏 卵		2個	
さとう		70g	
し お		ひとつまみ	
油		80cc	
スライスアーモンド		10g	
エネルギー		222 Kcal	
脂 肪		10.1 g	
塩 分		0.3 g	