



ヨーグルトケーキ

子ども 1 人分の栄養価

エネルギー	162kcal
タンパク質	4.0g
脂質	7.0g
塩分	0.3g

子どもたちにも、大人気の補食です。
色んな形から子どもたちの想像もふくらみます。

◆材料 5人分

小麦粉	80g
ベーキングパウダー	4g
スキムミルク	30g
バター	40g
砂糖	40g
卵	M1/2個
プレーンヨーグルト	80g



◆作り方

- ① 小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖を合わせてふるっておく。
- ② 卵はといておき、バターは溶かしておく。
- ③ ①に卵・バター・スキムミルク・ヨーグルトを入れて、ダマにならないようによく混ぜ合わせる。
- ④ 天板にクッキングシートをしき、③の生地を流し入れる。(紙カップがあれば、そこに生地を流し入れてもいいです)
- ⑤ 160℃にオーブンを予熱しておく。
- ⑥ オーブンの予熱が終わったら、④を入れ、10~15分ほど焼き、竹串などでさして、生地がついてこなくなったらオーブンから出す。
- ⑦ 粗熱が取れたら、適当な大きさに切って召し上がれ♪♪

