

みかんヨーグルトカップケーキ

エネルギー	105kcal
たんぱく質	2.8g
脂質	2.5g
食塩相当量	0.2g

★材料(直径6cm・8個分)

卵	割卵・とく	1個
オレンジジュース	A	小さじ4
レモン果汁		小さじ1/3
ヨーグルト(加糖)		60g
ホットケーキミックス		120g
スキムミルク		大さじ3
三温糖		35g
塩		少々
バター	とかす	10g
みかん缶詰	汁を切る	50g
ベーキングカップ		8枚

★作り方

- ① オーブンを180℃に温めておく。
- ② Aをよく混ぜる。
- ③ ホットケーキミックス～塩までを加え、よく混ぜる。
- ④ 生地がなめらかになったら、バター、みかん缶詰の順に加えて混ぜ、8等分にし、カップに入れる。
- ⑤ 180℃のオーブンで12分焼く。

みかん缶詰とヨーグルトを使った、簡単おしゃれなカップケーキです。給食では、みかんを混ぜる時、果肉を少し崩しながら混ぜてみました。

