

## 2月のレシピ

## 大豆クッキー

## 一宮町食生活改善会

1人分エネルギー280キロカロリー

〈材料〉	〈6人分〉
ホットケーキミックス	150g
きな粉	大さじ1
サラダ油	40g
きび砂糖	大さじ2
卵	1個
福豆	20g

### 【作り方】

- ① サラダ油にきび砂糖をよく混ぜる ※オーブンを180℃に予熱する
- ② 溶き卵を2～3回に分けて加え分離しないようよく混ぜ合わせる。
- ③ ホットケーキミックスときな粉を加えへらで混ぜ、ひとまとまりになったら福豆を入れザックリ混ぜる
- ④ 3cm（厚さ1cm）くらいに丸めオーブンで15分焼く

余った福豆を使えば香ばしいクッキーになります。  
大豆がない場合は、落花生・いりごま・くるみやレーズンや刻んだプルーンを加えるなど、お好みで試してくださいね！

