

とうにゅう
豆乳マフィン
～レモン ver.～

材料(約6個分)

・★薄力粉	130g	・豆乳	120g
・★片栗粉	21g	・植物油	40g
・★ベーキングパウダー	3g	・酢またはレモン汁	小さじ1弱
・★重曹	1.5g	・レモンの皮すりおろし	小さじ1程度
・★きび砂糖	50g	[仕上げのアイシング]	
		・レモン汁	30～40ml(約大さじ2)
		・粉糖	78g
		・レモンの皮(飾り用)	

◎レモンは無農薬のものを使用しましょう。またレモンの皮の白い部分は苦いので、表面の黄色い部分のみを使用し
◎きび砂糖を使用していますが、どの砂糖でも構いません。ただ、白い砂糖は甘みが強いので控えめに！

作り方

- 1、オーブンを180℃に温めておく。
- 2、ボウルに★をすべて入れ、泡立て器でよく混ぜておく。(粉はふるわなくてOK!)
- 3、別のボウルに豆乳と酢またはレモン汁を加え、泡立て器でとろみがでるまでよく混ぜる。
- 4、3 に油を加えよく混ぜて乳化させる。(※乳化とは、水分と油が混じり合う事です。)
- 5、2 の中心をくぼませ、くぼみに 4 を一気に注ぎ入れる。
- 6、底から生地をすくうように、ゴムベラでさっくりと、粉っぽさがなくなるまで混ぜ合わせる。
※練らないよう注意！！膨らみが悪くなります。
- 7、マフィン型に生地を流し入れ、温めておいたオーブンで15～20分焼く。
- 8、竹串を刺して何もつかなければ焼き上がり。焼けたら冷ましておく。
- 9、アイシングを作る。まず、粉糖をふるっておく。
- 10、レモン汁を少しずつ加えながら、なめらかになるまで混ぜる。(固さはお好みで！ゆるすぎ注意)
- 11、あら熱がとれたマフィンに、アイシングをかける。お好みでレモンの皮を飾り、固まったら完成。

◎Pokkeのレシピはこども向けの味付けになっています。

◎ご質問等ございましたらお気軽にスタッフにお声掛けください。

栄養士より



夏祭りでも大好評で、すぐに売り切れてしまったこのメニュー。ほんのり甘くて、レモンのさわやかな香りが食欲をそそる夏にぴったりのおやつですね。豆乳マフィンには、豆乳や植物油を使用し、こども向けに甘さも控えた優しい味わいとなっています。卵や乳製品を使わないので、アレルギーのお子さんにも安心して食べられるメニューです。レモン以外にも様々な味が楽しめ、Pokkeのおやつでもおかわり続出の人気のおやつです。