



にんじんスティックパン

《材料》 大人2人＋子ども2人分

にんじん	80g
ホットケーキミックス	150g
プレーンヨーグルト	50g
砂糖	15g



《作り方》

1. にんじんはすりおろす。
 2. ボウルに1、ホットケーキミックス、プレーンヨーグルト、砂糖を入れ、混ぜる。
 3. 生地をスティック状にのばし、クッキングシートを敷いた天板の上にのせ、オーブンで焼く（180℃で15分程度）。
- ※生地を成型する時に手に油（少量）をつけるとのばしやすくなります。

