



「くらしに大活躍！あなたもレッツ♪重曹博士」



◎重曹をつかってみよう◎ ～お料理編～

重曹の持つ、膨張する性質を用いて、
ふわふわのココア蒸しパンづくりに挑戦！

【用意するもの】（蒸しパン3個分）

- ・薄力粉 80 g ・砂糖 50 g ・ココア 10 g
- ・重曹（ベーキングパウダー） 小さじ1
- ・サラダ油 大さじ1



★1 薄力粉、ココア、ベーキングパウダーをふるい、混ぜ合わせます。



★2 牛乳と砂糖を入れて混ぜた後、サラダ油を加えなじませます。



★3 マフィンカップに等分に
分け入れます（6分目くらい）



★4 電子レンジで600wで3分半、
加熱します。



★5 できあがりです！

★ポイント★

- ・粉類はしっかりと混ぜましょう。
- ・レンジは途中で開けないようにしましょう。
- ・お好みでくるみなどを入れてもおいしいですよ♪