



パンプキンマフィン



【材 料】10 個分

なたね油・・・大さじ1強
たまご・・・2 個
三温糖・・・70g
牛乳・・・65cc
かぼちゃ・・・150g(冷凍かぼちゃ)
シナモン・・・少々
薄力粉・・・150g
ベーキングパウダー・・・7g
干しぶどう・・・20g
バター・・・15g
マフィンカップ・・・10 個



マフィンはいろいろな材料を入れて
楽しむことができます。
小平はブルーベリーの産地なので
ブルーベリーマフィンにしても
いいですね。



【作り方】調理時間 30 分

- ★オーブンは 190℃ に温めておく。
- ★冷凍かぼちゃを耐熱容器に入れラップをふわっとかけ 600W のレンジで 3 分加熱しつぶしておく。
- ★バターは耐熱容器に入れラップをふわっとかけて 600W のレンジで 30 秒加熱し溶かしておく。
- ★シナモン、小麦粉、ベーキングパウダーを合わせてふるっておく。

- ① 油、卵を混ぜ、砂糖を加えてよく混ぜる。
- ② ①につぶしたかぼちゃ、牛乳を加え、ふるっておいた粉を加え混ぜ合わせる。
- ③ ②に干しぶどう、バターを加え混ぜ合わせ、マフィンカップに注ぎ 190℃ のオーブンで 15 分～17 分焼く。
竹串をさして何もついてこなければ出来上がり。

