

親子で COOKING

パンケーキのポッケ



材料 (6枚分)

【生地】

935 米粉のホットケーキミックス
..... 200g

250 産直 こめ育ちさくらたまご .. 1個

257 生協牛乳85 180g

【具】

250 産直 こめ育ちさくらたまご .. 6個

グリーンリーフ 3枚

マヨネーズ・トマトケチャップ
..... 各適量

作り方

- 1 米粉のホットケーキミックスに卵と牛乳を加えて、しっかり混ぜる。160℃のホットプレートで直径12cmくらいのものを6枚焼く。
- 2 ホットケーキが袋状になるよう、ナイフで切り込みを入れる。
- 3 目玉焼きを焼いてグリーンリーフとともに②にはさみ込む。マヨネーズとケチャップで調味する。

おいしいもの、
いっぱいめっちゃおう♪

簡単アイデア料理部門

優秀賞

(湖南省 平地 雅子さん)



表面はカリッと、
中はもっちり

サラサラとした米粉は、混ぜるときにダマにならないので、小さな子どもさんにも簡単に作れますよ。好きなものをはさんで、楽しく食べてほしいです。



ラブリのツールペイントは平地さんが手作りされた作品です。

「親子でクッキングレシピコンテスト」で受賞された
組合員さんのレシピをご紹介します！

パンケーキ、ケーキサ
レなど幅広く使えます

甘さ控えめ。サラサ
ラでふるいにかける
必要がありません

935 次9月
回5日

図司穀粉

米粉の ホットケーキミックス

500g ★

滋賀県産の米粉を100%
使用したホットケーキミ
ックス。小麦粉不使用です。



乳

賞味期間:6カ月

本体 **350**円
(税込 378円)

「親子でクッキング」のレシピは、コープしがのウェブサイトでもご覧いただけます。 <http://www.pak2.com/cooking/>