

第3回 お料理クラブのご案内

日時 8月26日(水)14:30より
場所 ひいらぎの杜 喫茶コーナー
内容 ホットケーキ&ジャム

♪材料(3人分)♪

<ホットケーキ>

○ホットケーキミックス……100g

○卵……1個

○牛乳……70cc

○油…10g

<ジャム>

○りんご……1/2玉(約120g)

○砂糖……48g

(りんごの賞味重量の40%)

○レモン汁……7.5g

♪ りんごジャムの作り方 ♪

- ① りんごは皮をむいて種をとり、一口大に切り、変色を防ぐため塩水につけておきます。
- ② 鍋に塩水から上げたりんご、砂糖を入れて中火で煮ます。
- ③ 途中、アクが出てきたら取ります。
- ④ 時々混ぜながら煮て、ジャムのようにとろっとしてきたら完成です。

♪ホットケーキの作り方♪

- ⑤ ボウルに卵と牛乳を入れ、よく混ぜます。
- ⑥ ホットケーキミックスを加えて軽く混ぜ合わせます。
- ⑦ フライパンを中火で熱し、濡れ布巾の上で少し冷まします。
- ⑧ 弱火にして生地のおよそ1/3量を流し入れます。
- ⑨ 弱火で約3分焼き、ぷつぷつと小さな泡が出てきたら裏返します。
- ⑩ 裏面を弱火で約2分焼いたら完成です。

♪ 材 料(3人分) ♪

<ホットケーキ>

○ホットケーキミックス……100g

○卵……1個

○牛乳……70cc

○油…10g

<ジャム>

○りんご……1/2玉(約120g)

○砂糖……48g

(りんごの正味重量の40%)

○レモン汁……7.5g