

本才米斗 (4人分)

かぼちゃ ... 3切れ
(分量)

蒸しパンミックス ... 200g

牛乳 ... 150g~170g

・アルミカップを準備してね

かぼちゃ入り蒸しパン

作り方

- 1 かぼちゃ3切れを蒸し器でむしてつぶす。
- 2 蒸しパンミックスを牛乳と混ぜる。
- 3 ②につぶしたかぼちゃをかえ混ぜる。
- 4 アルミカップに入れ 蒸し器で蒸す。
強火~中火で15分。



冷めかぼちゃは入れおきる時
ふくらみが長くなるので
気をつけてね



かぼちゃを
ミックスでつぶす。