

キャロットマフィン



(材料) 4 個分

- ホットケーキミックス 100 g
- 人参(すりおろし) 40 g (1/4 本程度)
- オレンジ 100%ジュース 40 g
- 牛乳 20 g

(作り方)

- 全ての材料を混ぜて、180℃に温めたオーブンで10分～焼く。

- 水分量は人参によっても変わりますので牛乳やジュースで調整してください。
- 牛乳をヨーグルトにかえてもサッパリとしておいしいですよ♪
- オーブンがない場合、蒸しても大丈夫です♪