

炊飯器かぼちゃケーキ



【栄養価（1人分）】

エネルギー：140kcal

たんぱく質：4.1g

脂 質：2.9g

炭水化物：26.1g

食塩相当量：0.3g

【材料（8人分）】

かぼちゃ	200g
ホットケーキミックス	200g
牛乳	200ml
卵(L)	1個
砂糖	大さじ1(9g)
サラダ油	適量

【下準備】

○かぼちゃ・・・皮を除いて小さく切る

【作り方】

- ① かぼちゃは電子レンジで加熱してつぶす。
- ② ボウルに牛乳、卵、砂糖を加え混ぜ、ホットケーキミックスとかぼちゃを加えてよく混ぜる。
- ③ 炊飯器の内側にサラダ油を薄く塗り、②を流し込む。
- ④ 炊飯モードで焼く。竹ぐしを刺して、生地がついてきたら再度炊飯する。

炊飯器で簡単にできるケーキです。
甘さはお好みで調整してください。