



夕風倶楽部栄養料理教室

◎メニュー

豆腐のパンケーキ～アイスのせ～

◎材料（6人分）

- ・ホットケーキミックス 200g ・牛乳 50cc
- ・絹ごし豆腐 150g ・卵 2個 ・砂糖 大さじ1
- ・アイスクリーム 適量

◎作り方

- ①卵をボウルに割り入れて、泡立て器でしっかり混ぜておく。
- ②ボウルに豆腐を入れ、泡立て器でしっかりとつぶしながら混ぜ、①の卵を入れて混ぜ合わせる。
- ③②にホットケーキミックスを加えて、ゴムベラで混ぜ合わせ、牛乳を加え混ぜ合わせる。
- ④ホットプレートを熱して、③を流し入れて弱火にしてじっくりと焼く。
底の面に焼き色がついたら裏返し、再び焼く。
- ⑤両面に焼き色がついたら、アイスを盛り付けて完成。

