

（ ）おうちで作ろう！（ ）
みんな大好き給食メニュー



写真は南部保育園で撮影しました

Vol.19

麩のきな粉ラスク

麩がおやつに変身！混ぜて焼くだけで一口サイズのラスクが簡単にできます。

■材料（4人分）

- 丸麩 … 20 g
- 油 … 大さじ2
- 砂糖 … 大さじ1
- きな粉 … 大さじ1

■作り方

- ① ボウルに麩と油を入れ、全体に絡むように混ぜ合わせる。
- ② ①に砂糖をまぶす。
- ③ ②を170℃に予熱したオーブンでほんのり焼き色がつくまで10分程度焼く。
（トースターは3分程度）
- ④ ③にきな粉をまぶす。

※きな粉の代わりにココアやごまをまぶしてもおいしくいただけます