



米粉と豆腐のフラウニー



材料(4人分)

豆腐…60g

☆米粉…30g

☆片栗粉…4g

☆ベーキングパウダー…4g

☆ココア…3g

☆砂糖…20g

植物油…12g



①豆腐は水気を切っておき、ブレンダーなどでなめらかにする。

②①の豆腐、☆の材料と混ぜ合わせ、さらに植物油も加えながら、混ぜる。

③型に流し込み、170℃10分オーブンに入れて焼く。

