

献立名 クレソンパウンドケーキ

保育所(園)名 道志村立道志村保育所

食品名	1人分 g (可食量)	10人分 g (購入量)	調理方法
ホットケーキミックス	20g	200g	① クレソンはさっと茹で、細かく刻み水気を絞る。干しブドウは細かく刻んでおく。 ② オーブンを140℃に温めておく。型にクッキングペーパーを敷いておく。 ③ ボウルにバターを入れ、泡だて器でクリーム状になるまで混ぜる。(約20分) 続いて上白糖を加え、バターが白っぽくなるまですり混ぜる。 ④ ③に卵を少しずつ加え、しっかり混ぜ合わせる。に①を加え、軽く混ぜ合わせる。 ⑤ クレソンパウダーとホットケーキミックスを加え、さっくり、切り込むように混ぜ合わせる。生地の固さを見て低脂肪乳を加える。(どろりと落ちるような感じになるまで) ⑥ ②の型に⑤を流し入れ、型を軽くたたいて空気を抜いてならす。 ⑦ 予熱したオーブンに入れ40分ほど焼く。
クレソン	7g	70g	
クレソンパウダー	2g	20g	
干しブドウ	3g	30g	
脱脂粉乳	5g	50g	
全卵	7g	70g	
無塩バター	8.5g	85g	
上白糖	4g	40g	
低脂肪乳	7g	70g	
粉糖	2.5g	25g	

1人分 - Kcal	たんぱく質 g	脂質 g	加糖量 mg	鉄 mg	塩分 g	食物繊維 g
200Kcal	4.7g	8.7g	98 mg	0.4 mg	0.3g	0.7g

アピールポイント

道志村の特産物である、クレソンを使った地産地消おやつです。クレソンは大人の味のイメージがありますが、ホットケーキミックスや干しブドウを使うことで、子どもでも食べやすく仕上げました。園でも人気のおやつです！