

ハウレンソウとニンジンのパウンドケーキ

バター不用



材料 (パウンドケーキ1本分)

(17.5cm×4.5cm)

- ★ニンジン
- | | |
|----------------------|------|
| ニンジン | 60g |
| タマゴ | 1個 |
| 砂糖 | 15g |
| オリーブオイル
(またはサラダ油) | 15g |
| ホットケーキミックス | 100g |
- ▲ハウレンソウ
- | | |
|----------------------|------|
| ハウレンソウ 1/4束 (約50g) | |
| タマゴ | 1個 |
| 砂糖 | 15g |
| オリーブオイル
(またはサラダ油) | 15g |
| ホットケーキミックス | 100g |
| 牛乳 | 大さじ2 |

作り方

- ① ニンジンを洗い皮ごとすりおろす。
- ② ボウルに、タマゴ、砂糖を入れ、白っぽくなるまでよく混ぜる。
- ③ オリーブオイル(サラダ油)、ニンジンを入れてさらに混ぜる。
- ④ ホットケーキミックスを入れて混ぜる。
(水気が足りなければ牛乳(分量外)を足し、多いようであればホットケーキミックスを足す。もったりしていればOKです。)
- ⑤ ハウレンソウはさっと湯がいて冷水に取り、ザク切りにしてから水気をしっかりと絞る。
- ⑥ ミキサーにハウレンソウ、オリーブオイル、牛乳を入れて攪拌する。
- ⑦ ニンジンとは別のボウルを用意し、タマゴ、砂糖を入れ白っぽくなるまで良く混ぜる。
- ⑧ ⑦に⑥を入れてよく混ぜて、さらにホットケーキミックスを入れて混ぜる。
- ⑨ 型に④と⑧を流し入れ、180度に予熱したオーブンで30～35分焼く。

*お好みでクリームを添えてお召し上がりください。