

バナナおやつパン



ポイント

🌻 バナナはよく熟したのものを使うとおいしく仕上がります。
2つの材料で手軽にできます！



【レシピ】

材料(8個分)	<ul style="list-style-type: none">・バナナ(よく熟したもの) 中2本・ホットケーキミックス粉 120g <p>* ホットケーキミックス粉がない場合は、薄力粉 120g、ベーキングパウダー 4gを合わせて振るっておき、砂糖 大さじ3を加えて混ぜる</p>
作り方	<ol style="list-style-type: none">1. ボウルに皮をむいたバナナを入れてつぶす。2. 1にホットケーキミックス粉を入れて、粉けがなくなるまでゴムべらで混ぜる。3. オーブン皿にクッキングシートを敷き、間隔をあけて8等分にして置く。4. 220~230℃に温めておいたオーブンで20分ほど焼く。
1個分のエネルギー・塩分量	<ul style="list-style-type: none">・エネルギー : 74kcal・食塩相当量 : 0.2g

* 1人分はあくまでも目安の量です。お子さんの食べられる量にあわせてあげてください。