

デザート・ドリンク

米粉の塩麹クッキー

[1人分] エネルギー：212kcal 塩分：0.4g



材料 [4人分]

- 米粉：80g
- アーモンドプードル：20g
- 米油：大さじ3
- 塩麹：小さじ1~2
- 元氣糖シロップ(※)：大さじ3

※元氣糖シロップは、元氣糖（粗製糖）と水を1：1鍋に入れ沸騰させ、冷ましたもの

作り方

1

米粉とアーモンドプードルをよく混ぜておきます。

2

米油を入れ、油が均一になるように手でよく混ぜ合わせます。※両手を合わせてこするようになじませ、粉チーズ状になるくらいまで均一にします。

3

"2"に塩麹、元氣糖シロップを入れてよく混ぜ、ひとまとまりにします。

4

"3"の生地を麺棒で伸ばし、好みの型で抜きます。

5

160度に余熱したオーブンで15~20分焼きます。

【ワンポイントアドバイス】

- 米粉を小麦粉に変えると、型を抜く際に崩れにくいですが。
- クッキーの厚みは5mm程度が目安です。

- 塩麴の作り方は下記ページをご参照ください。

「塩麴」のレシピ <https://caregohan.jp/recipe/detail/283>