

マシュマロコーン

〈材料 作りやすい分量〉

玄米フレーク	140g
マシュマロ	100g
バター	20g



甘くて香ばしく子ども達
に人気のおやつです 🎵

★1人当たり栄養価★

エネルギー 128Kcal ・ たんぱく質 1.6g ・ 脂質 2.4g ・ 食塩相当量 0.5g

〈作り方〉

- ①フライパンにバターを溶かし、マシュマロを加える。
 - ②マシュマロが完全に溶け切らないうちに、玄米フレークを加え入れて、手早く全体を混ぜ合わせる。
 - ③フライパンを火からおろし、バット等にクッキングシートを敷き、②を移し、平らに成形して冷ます。
 - ④固まったら、包丁で食べやすい大きさに切り分ける。
- ◆マシュマロをしっかり溶かしてしまうと、冷めた時に硬い食感になります。
 - ◆シートに広げる際は、熱いので火傷に気を付けましょう。
 - ◆暑い季節は、溶けやすくベタつくため、園では提供を控えています。