

デザート



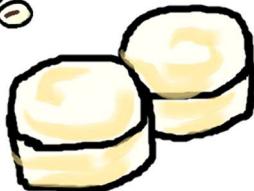
おふラスク



バターの香りとサクサクの食感が、
後引くおいしさ♪
手軽に作れるおやつです。



・ご飯・味噌肉じゃが
・豆腐サラダ・おふラスク・牛乳

材料(4人分)	作り方
<ul style="list-style-type: none">・小町ふ※・・・・・32g・バター・・・・・24g・グラニュー糖・・・16g <p>※小町ふは、別名「おつゆふ」で 売られています。 白玉ふなどで作っても、違った 食感が楽しめます。</p>	<p>①バターは耐熱容器に入れて、ラップはかけず にレンジ(600W)で30秒ほど加熱して溶かす。 ②小町ふに、①の溶かしバターをからめる。 ③オーブントースターの天板にアルミホイル をしく。 ④グラニュー糖を②にまぶし、③の天板に並べ て、3~4分ほど焼き色がつくまで焼く。 ※オーブンの場合は、170℃で10分ほど焼く。</p> <p> </p> <div data-bbox="921 1628 1325 1830"><p>おふは、小麦粉のグルテンから 作られていて、消化が良く、 良質のたんぱく質を含んでいます。</p></div>