

ほうれん草のカップケーキ



材料（1人分）

ほうれん草	1/3本
ホットケーキミックス	20g
卵	5g
牛乳	10cc
バター	2g
レッドチェリー	1/4個
アラザン	適量
デコペン	適量

★ 作り方 ★

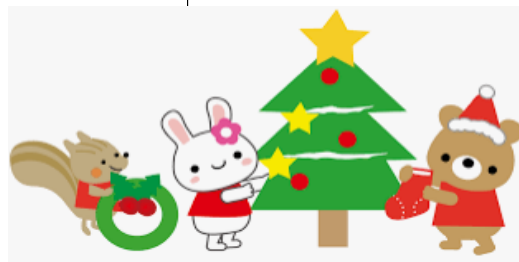
- ①ほうれん草は洗って茹で、細かく切ってミキサーにかけます。
- ②ホットケーキミックスに牛乳、卵を入れて混ぜ、更に①のほうれん草を入れ、軽く混ぜ合わせ、溶かしたバターを入れてさっくりと混ぜ合わせます。
- ③カップに②を流し入れ、レッドチェリーを切って飾り、180℃に熱したオーブンに入れて焼き、竹串を刺して生地がつかなくなったら焼き上がり。（目安は10～15分）
- ④アラザンやデコペンで飾りつけをして、出来上がり。

クリスマスシリアルリース



材料（直径15cm程度）

玄米フレーク（無糖）	90g
マシュマロ	55g
バター	20g



*お好みでマーブルチョコレートやアラザン等の飾りをのせることもできます！

★ 作り方 ★

- ①玄米フレークは細かく砕いておきます。（代わりに千切りにして茹でたさつまいもを使っても良いです）
- ②フライパンにマシュマロ、バターを入れて焦げないようにマシュマロを溶かします。
- ③溶けたら、玄米フレークを入れてよく混ぜます。
- ④オーブンシートの上に出して、リース型に整えて出来上がり。