



鶏肉のみそ焼き

《材料（こども1人分）》

鶏もも肉	40g
おろしにんにく	0.3g
みそ	2.4g
砂糖	0.8g
みりん	1.2g
サラダ油	適量

《作り方》

- ①調味料を全て混ぜ合わせ、鶏肉と一緒に混ぜて漬けておく。
- ②油をしいたフライパンで①を両面焼き、火が通ったら出来上がり。

おいしくてとても簡単です！

ぜひ作ってみてください♪

枝豆クッキー

《材料（10個分）》

薄力粉	90g
ベーキングパウダー	3g
バター（溶かしておく）	20g
砂糖	30g
卵	15g
枝豆（さやから出したもの）	60g

《作り方》

- ①枝豆は茹でておく。
- ②バターと砂糖を混ぜ合わせる。
- ③②に卵を入れて混ぜる。
- ④③に粉類を入れて混ぜ、枝豆も入れてよく混ぜる。
- ⑤生地を10等分し、丸めて少しつぶしてオープンシートを敷いた天板に並べる。
- ⑥160℃に予熱したオーブンで10～15分焼いて出来上がり。

