

ポリぶくろジャム入りむしパン

食品	分量
ホットケーキミックス	1カップ
牛乳	1/2カップ
ジャム	おこのみ

◎ 作り方

- ① 袋の中にホットケーキミックスと牛乳を入れて、よくもんでまぜる。袋の中で生地を広げ、真ん中にジャムを入れて、包むようにしながら空気をぬいて袋の上をくくる。
- ② お湯の中で20分程度ゆでる。
- ③ ゆで終わったら、袋に穴を開け、蒸しパンがしぼまないようにする。

ポリぶくろさつまいものオレンジママレード煮

食品	分量	切り方
さつまいも	1本	うすく切る
オレンジママレード	大きじ2	
ジャム	おこのみ	

◎ 作り方

- ① 袋の中にさつまいもとママレードを入れ、よくもんでまぜる。
- ② お湯の中で20分程度ゆでる。

さいがいにやく立つ ポリぶくろ りょうり

