

野菜たっぷりケーキサレ

中通小学校 6年 花山 己侑

アピール
ポイント



たくさんの野菜を食べられる
ことです。



材料（4人分）と切り方等

ベーコン……………	50 g	細切り
ほうれんそう	100 g	1 cm幅
じゃがいも…	小1個	薄切り
ピーマン……………	1個	せん切り
コーン……………	40 g	
オリーブ油……………		適量
角チーズ……………	4個	
小麦粉……………	100 g	
ベーキングパウダー……………	4 g	
牛乳……………	80cc	
たまご……………	2個	
マヨネーズ……………	大さじ2	

* 緑の文字は竹原の食材です。

- ①ベーコン、じゃがいも、ピーマンを食べやすい大きさに切る。ほうれん草はゆでて切る。
- ②小麦粉とベーキングパウダーと一緒にふるっておく。
- ③たまごとマヨネーズを泡だて器でかき混ぜる。
- ④切った材料とコーンをオリーブ油で軽く炒めて冷ましておく。
- ⑤③の中に④を入れ、ゴムベラで混ぜる。その後、牛乳と角チーズを加えて混ぜる。
- ⑥次に②を加えて、さっくり混ぜる。
- ⑦パウンドケーキの型に入れ、180℃で、40分焼く。



- ・彩りがよく、きれいです。
- ・オーブンで焼くので、失敗がないです。
- ・他にもいろいろな具材を入れて、アレンジして作ることができます。