



かんたん 簡単 電子レンジで つくってみよう!

むしばん



ざいりょう (4こぶん)

- ホットケーキミックス ……100ぐらむ
- プレーンヨーグルト ……90ぐらむ
- さとう ……30ぐらむ
- たまご ……1/2こ
- バターor マーガリン ……15ぐらむ
- マグカップやかみコップ ……4こぶん



つくりかた

①材料を用意する。



③ホットケーキミックス、プレーンヨーグルト、砂糖、たまご、2の溶かしたバターを順に混ぜる。



②電子レンジでバターかマーガリンをラップをして、40秒ほど加熱し、煮溶かす。

※加熱しすぎると飛び散るので、注意!



④かみコップに流し入れる。



ふくらむので生地は半分ぐらいまでにしてね

⑤電子レンジ (600W) で2分30秒ほど加熱する。



2分30秒



※もし加熱が足りない場合は10秒ほど加熱して様子を見てみよう。

☆ワンポイントアドバイス☆
好みでチョコチップやジャム、レーズンを入れてもおいしいよ!

