

献立名	作成者
ふなやき	森田 孝子



材料名	4枚分	作り方
薄力粉	110g	① 薄力粉とベーキングパウダーをよく混ぜておく。 ② ①に砂糖・卵・水を加え、混ぜる。 ③ フライパンに油を熱し、②を流し入れ弱火で両面を焼く。
ベーキングパウダー	4g	
さとう	大さじ2	
卵	1個	
水	1/2C	
油	小さじ1	



コメント
* 黒砂糖や砂糖じょうゆ、ジャムをつけて好みて頂く。

献立名	作成者
いきなり饅頭	中村 禮子



材料名	6個分	作り方
薄力粉	150g	① 薄力粉と米粉、塩、砂糖を混ぜ合わせ、水を加え、耳たぶの固さになるまでこねてしばらくねかせる。 ② さつまいもは皮をむき、0.5～1cmの輪切りにして10分ほど浸水し、水気をきる。 ③ ①を1個分手に取って伸ばし、あんを②を包み、約20分蒸す。
米粉	50g	
塩	小さじ1/2	
砂糖	小さじ2	
水	120cc	
さつまいも	350g	
あん	大さじ6	



--	--	--

献立名	作成者
バナナケーキ	中村 禮子




材料名	1型分	作り方
バナナ	100g	① バナナをつぶし、レモン汁、ブランデーを入れて混ぜる。 ② ボールにバター、砂糖、卵を入れる。 ③ ②の中に①を入れて混ぜる。 ④ 薄力粉と重曹を③に入れ、ハンドミキサーで混ぜる。 ⑤ 型に④を流し入れ、スライスアーモンドをふりかけ、170℃で20分、140℃で30分焼く。
レモン汁	大さじ1/4	
ブランデー	12cc	
バター	60g	
砂糖	125g	
卵	大1個	
薄力粉	100g	
重曹	大さじ1/4	
スライスアーモンド	適量	



献立名	作成者
いちご大福	猪田 時恵

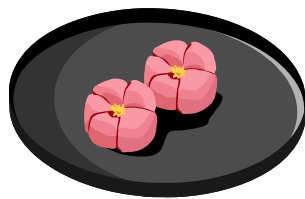


材料名	8個分	作り方
いちご	8個	① いちごはヘタを取る。あんを8等分しいちごを包んで丸める。 ② ボールにだんご粉を入れ少しずつ砂糖、水を加え混ぜる。 ③ ②をボールに入れ、ラップをして5分電子レンジにかける。取り出してよく混ぜ、さらに5分レンジにかける。 ④ ③を鍋に移し、透明感が出て長く伸びるようになるまでよく練る。(固さ調節用の水を使用) ⑤ 片栗粉をまぶしたバットに④を入れ8等分し、①を包む。(いちごの頂点は出す。)
あん	160g	
だんご粉	150g	
水	1C	
砂糖	80g	
水(固さ調節用)	適量	
片栗粉	適量	
		
コメント		
* だんご粉とあん、いちごでかわいい大福ができ、いちごの頂点のプチプチが一寸出てる所が…。		

献立名	作成者
いもまんじゅう	佐藤 浪江



材料名	6~8個分	作り方
さといも(じゃがいも)	小6~8個	① さといもは皮をむく。 ② 薄力粉、だんご粉、塩を混ぜ、水を少しずつ加え、耳たぶの固さになるまでこね、30分程度ねかせる。
薄力粉	100g	
だんご粉	100g	
塩	小さじ1強	
水	120cc	



③ ②を1個分手に取り、①を1個包み、約20分蒸す。

コメント

* 昔懐かしい素朴な味。祖母によく作ってもらったものです。

献立名	作成者
かす巻風ケーキ	田川 信子




材料名	30個分	作り方
ホットケーキミックス	250g	① ホットケーキミックス粉の中に卵、牛乳を入れてダマにならないようによく混ぜる。 ② フライパンを熱し、①をお玉1杯入れ薄く伸ばす。裏返したら軽くおさえる。
あん	250g	
卵	1個	
牛乳	1C	



④ 両面焼けたら取り出し、熱いうちにあんを芯にして巻き、一口大に切る。


献立名	作成者
そば菓子	佐野 静香



材料名	2本分	作り方
そば粉	90g	① さつまいもは皮をむき、1cm角に切った後、水につけておく。 ② そば粉、ゆであずき、水、水気をきった①を混ぜ合わせる。 ③ ラップで②を包み、両端を輪ゴムでとめ、20分程度蒸す。
ゆであずき(缶)	400g	
さつまいも	300g	
水	75cc	
		コメント * 混ぜて蒸すだけの簡単なお菓子。ちょっとおしゃれな器で、ゆっくりお茶タイムを♪♪

献立名	作成者
昔懐かしそばがき	植木 美佐子



材料名	4人分	作り方
そば粉	100g	① 里芋は皮をむき、塩ゆでした後粗くつぶす。 ② ボールにそば粉を入れ湯を注ぎながら、ダマができないようにかき混ぜる。 ③ ①と②を混ぜ合わせる。
湯	350cc	
里芋又はさつまいも	120g	
塩	少々	
		コメント * 熱いうちにきな粉かしょうゆをつけて。冷めたら金網かフライパンで焼いて食べていました。

献立名	作成者
バナナシフォンケーキ・シナモン紅茶シフォンケーキ	杉森 邦子



材料名	1型分	作り方
バナナ	1本	① バナナはフォークなどでつぶし、レモン汁をかけておく。 ② ボールに卵黄とグラニュー糖を入れよく混ぜ、油、牛乳、①も加える。 ③ ふるっおいた薄力粉とベーキングパウダーを再度ふるいながら②に入れる。 ④ 別ボールに卵白を泡立て、数回に分けてグラニュー糖を加え角が立つまで泡立てる。 ⑤ ③に④を混ぜる。 ⑥ 型に⑤を流し入れ、空気を抜く。 ⑦ 170℃に予熱したオーブンで35～40分焼く。 型を逆さにして冷ます。
レモン汁	少々	
卵黄	4個	
グラニュー糖	45g	
油	大さじ3	
牛乳(水)	50cc	
薄力粉	80g	
ベーキングパウダー	小さじ2/3	
卵白	4個	
グラニュー糖	60g	
コメント		
* バナナの代わりにシナモンと紅茶を入れたり、抹茶やココア、チョコレート、オレンジの皮でも応用できます☆		

献立名	作成者
梅ゼリー	永田 洋子



材料名	1型分	作り方
カリカリ梅	6～8個	① カリカリ梅は種を除き、小さく刻む。 ② ゼラチンに水を加え、ふやかす。 ③ 砂糖、水を鍋にかけひと煮立ちさせ、②を加える。 ④ 型に③を流し入れ、①を散らし、冷やし固める。
ゼラチン	15g	
水	60cc	
砂糖	150g	
水	800cc	
