

高校生じぶん“才”発見プロジェクト（おやつレシピ部門）

フリガナ オキタ ユリカ 応募者氏名：沖田 百合香			
高校名：	広島県立可部	高等学校	学年： 1 年

フリガナ コマツナパウンドケーキ 応募料理名：小松菜パウンドケーキ	使用した野菜 小松菜
--------------------------------------	---------------

セールスポイント（工夫した点など）。

- ・野菜がきらいでも食べられるように。

小松菜のくさを消すためにバナナを入れました。

材料	分量 g (2人分)	材料	分量 g (2人分)	作り方
小松菜	2/3 束			<ol style="list-style-type: none"> 1. 型にオープンシートを敷き、オーブンを 180℃に予熱。 2. 小松菜をゆで、冷水にさらし、しっかり水をしぼりざく切りにする。 3. ミキサーにヨーグルトと2の小松菜を入れて攪拌する。 4. 3にバナナ、卵、砂糖を加え、さらに攪拌する。 5. ボウルに4を移し入れ、ホットケーキミックス、ベーキングパウダー、ココナッツオイルを加え、ゴムベラでさっくりと混ぜ合わせる。 6. 型に5を流し入れ、予熱したオーブンで 35～40分焼く。 7. 型からはずし冷ましたら完成。
ホットケーキミックス	200g			
バナナ	1 本			
プレーンヨーグルト	80g			
卵	1 個			
砂糖	40g			
ココナッツオイル	大さじ 3			
ベーキングパウダー	小さじ 1			