

A close-up photograph of several golden-brown rice flour muffins. Two muffins are prominently displayed on a light-colored wooden cutting board in the foreground. Behind them, several more muffins are arranged in small, fluted metal cups on a black wire cooling rack. The background is softly blurred, showing a wooden surface and a window with light coming through. The overall lighting is warm and natural, highlighting the texture of the muffins.

Rice Flour Muffin Menu

Yoko Furukawa Resipões



米粉で作るバナナマフィン

米粉で作るバナナマフィン

材 料	作 り 方
-----	-------

(マフィン型 6ヶ分)



完熟

バナナ 2本

(皮をむいて/80g前後)

A { 米粉 80g
(ミズホチカラなど)
ベーキングパウダー 1½t
塩 ひとまみ
アーモンドパウダー 30g

きび砂糖 3T

太白胡麻油 2½T
(米油)

卵 2ヶ

オーブンを180°Cに予熱する。

1. (A) は、混ぜ合わせるおく。
(ビニール袋に入れて、振り混ぜる)
2. ボウルにバナナをちぎって入れ、泡立器でつぶす。
3. きび砂糖を加え、混ぜる。
4. 太白胡麻油を入れ、更に混ぜ合わせる。卵を入れ混ぜ合わせる。
5. (A) を入れ混ぜ合わせる。
6. マフィン型にスプーン等ですくって入れる。
7. 天板に並べ、20分くらい焼く。

オイルは

大きじ | = 12g

小さじ | = 4g