

カステラ牛乳かけペースト

まとまりのあるカステラのペーストです

材料（1人分）

コード 2-2

カステラ 1切れ（40g）
牛乳 1/2カップ
ホット&ソフトプラス 小さじ1/2



作り方

1. カステラ1切れを6カットにする。
2. 1のカステラに牛乳1/4カップをかけてしっとりとさせる。
3. 2を耐熱容器に入れ、ふんわりとラップをし、電子レンジ500Wで30秒加熱する。
4. 3を取り出し、温かいうちにホット&ソフトを入れ、泡だて器でよくかきまぜる。

栄養価（1人分）

エネルギー 200kcal
たんぱく質 5.8g

注意事項

※耐熱容器は深めのものご使用ください。
※電子レンジから取り出す時には、容器が熱くなっていますので、注意して取り出してください。

ワンポイントアドバイス

もう少し甘くしあげたい時には、お好みで砂糖を加えてください。



最新の情報をご覧になりたい方は以下HPをご覧ください。

「食べるを支える」HP → <http://www.shokushien.net/>
(「食べるを支える」のキーワードでWeb検索できます)

