

にんじんクッキー(20個)

材料	量	下処理
にんじん	100 g	ゆでつぶす
バター	40 g	
砂糖	3 g	
薄力粉	100 g	

【作り方】

- ①ポリ袋の中にゆでたにんじんを入れ、つぶす。
- ②①にバターを加えて混ぜる。
- ③砂糖、薄力粉を加えてさらに混ぜ、20個ほどに分ける。
- ④手のひらで丸めたら押しつぶして平らにし、形を整える。
- ⑤オーブン 180℃で 15～20分焼く。



1個分

エネルギー量

36kcal

食塩相当量

0.0 g