

バナナ ケーキ



乳製品、卵を使用せずに作った やさしい甘味の ケーキです。
鉄板に流し入れて焼いても良いですし、アルミカップ9に分けて
焼いても 食べやすいです。

〈材料〉 1人分

薄力粉	15g
ベーキングパウダー	0.3g
バナナ(皮を剥いて)	5g
砂糖	5g
・油	6g
・無調整豆乳	10g



バナナが熟していない時は
砂糖をプラスして下さい

〈作り方〉

1. バナナをボウルに入れ、フォークなどを使ってつぶす。
2. 砂糖と豆乳を加え、よく混ぜる
3. 薄力粉とベーキングパウダーをふるい入れ、ゴムベラで混ぜる
4. 鉄板に流し入れ、170℃に予熱しておいたオーブンで20~30分焼く 表面に焼き色が付き、竹串を刺しても生地がついてこないとよいから完成!