

～さくさく食感～

麩のラスク

なんと麩がおやつになります！

材料は3つだけ！「きな粉」「あおのり」
に味を変えてもおいしいです。

<材料(4人分)>

～プレーン～

い	40 個ほど
バター	32 g
砂糖	小さじ2

～きな粉～

い	40 個ほど
バター	32 g
砂糖	小さじ2
きな粉	20 g

※きな粉はバターと砂糖に混ぜてから焼くか、
焼きあがった後からめます。

<作り方>

- ①バターをレンジで溶かし、砂糖とよく混ぜる。
- ②①にいを加えて、まんべんなくからめる。
- ③クッキングシートに②を重ねるように広げる。
- ④180℃のオーブン又はトースターで5分ほど焼いてできます！

※焦げやすいので注意

※牛乳アレルギーの場合は、乳を含まない豆乳マーガリンでも作れます



～あおのり～

い	40 個ほど
バター	32 g
あおのり	小さじ1

※無塩バターの場合は適宜、塩を追加してください。

※バターとあおのりを混ぜて、麩にからめてやきます。