

大和の野菜を使った スイーツパーティ

○ クレープ

〈材料〉 ……6枚分

- ・牛乳 : 100g
- ・薄力粉 : 30g
- ・砂糖 : 50g
- ・卵 : 70g
- ・溶かしバター : 6g
- ・バター (焼く用) : 10g
- ・カットしたフルーツ : お好みで
- ・ホイップクリーム : お好みで

〈作り方〉

1. 薄力粉はふるっておく。バターは6等分しておく。
2. 卵と砂糖、溶かしバターを混ぜ合わせ、牛乳と薄力粉も入れて混ぜる。
3. フライパンに焼く用のバター1/6を塗り広げてから火を付け、中火で焼く。
4. 生地が乾燥して少し色が変わったら、フライ返しや菜箸を使ってひっくり返して少し焼く。
5. 両面がきつね色になったら火を止めて皿の上にクレープをのせて冷ます。
6. カットしたフルーツやホイップクリームをお好みで盛る。

○ ポップコーン

〈材料〉

- ・ポップコーン用とうもろこし : 60g
- ・有塩バター : 30g

塩味

- ・塩 : 小さじ1/2

ココア味

- ・ココアパウダー (砂糖入りのもの) : 大さじ2

カレー味

- ・カレー粉 : 小さじ1
- ・塩 : 小さじ1/2

〈作り方〉

1. フライパンにバターと、とうもろこしを入れる。
2. 蓋をして中火で熱し続ける。音がしなくなったら蓋を取る。
3. 火を止めてポップコーンを3等分する。熱いうちにそれぞれの味の調味料とポップコーンを袋に入れてよく振る。