



## 2 米粉パンケーキ

シンプルな材料で作る、プレーンパンケーキ。甘さ控えめなので、デリを添えて、お食事パンケーキとしてもふんわり焼くには、生地のお固さと火加減が大切なポイントです。

### 作り方

- 1 Aの材料をボウルに入れ、泡だて器でよく混ぜる。
- 2 別のボウルにBの材料を入れ、泡だて器でよく混ぜる。
- 3 フッ素樹脂加工のフライパンを中火にかけて熱し始める。※フッ素樹脂のフライパンがない場合は、植物油を敷くか、フライパン調理用のアルミホイルを敷く。
- 4 2に1を加え、泡だて器で手早く混ぜる。ダマが消え、すくった生地がリボン状に落ちてじんわり消えるくらいの固さになればOK。  
※生地が固ければ豆乳を足して調整する。  
※混ぜ時間が長いと発泡力が落ちるので、生地を混ぜる作業は手早く行う
- 5 フライパンが充分熱くなっているのを確認したら、いったん火から下ろし濡れぶきんに数秒当て、再び火に戻し、火加減を中火と弱火の間くらいにする。生地の気泡を消さないようそっとお玉ですくい、フライパンに丸くのせる。
- 6 はじめはふたをせずに焼き、下の面が色よく焼けたら表裏を返し、今度はふたをしてもう片面も色よく焼く。



### 材料

A	
米粉	140g
ふわりんこの素 (コアパウダー)	10g
ベーキングパウダー	7g
B	
無調整豆乳 (又は牛乳)	150g
きび砂糖	30g
塩 (ふたつまみ)	1.5g
植物油	10g
バニラオイル	少々