

乾パンの アレンジメニュー 乾パンでブラウニー



材料 (パウンド型1本分 210×80×H60mm)	分量
乾パン	100g
ココアパウダー	30g
ベーキングパウダー	4g
豆腐	100g
卵	1個
牛乳	100g
砂糖	30g
レーズン	20g
スライスアーモンド	20g

栄養量 (1本8切れとして2切れあたり)

エネルギー	244kcal
たんぱく質	8.6g
脂質	8.5g
炭水化物	37.2g
食塩相当量	0.4g

(日本食品標準成分表2015年版(七訂)にて算出)



①乾パンを細かく砕く。



②①にココアパウダーとベーキングパウダーを混ぜる。



③豆腐、卵、砂糖をよく混ぜる。



④③に牛乳を混ぜる。



⑤④に②を混ぜる。



⑥⑤にレーズン、刻んだアーモンド(半量)を混ぜる。



⑦型に流し、残りのアーモンドを散らし、180℃に予熱したオーブンで35～40分焼く。



⑧冷ましてから、切り分ける。