

アップルクランブル



白馬村学校給食共同調理場

イギリスの家庭でよく作られる（小麦粉で）手作りおやつです。

県内産の微細米粉を使い、学校給食でも手作りデザートを作りました。

中のフルーツは、県内産紅玉で調理し、皮付きで使用することで、色も温かみが出て、とても腹持ちの良いデザートです。

長野県らしさを子どもたちに感じてもらいたいと願って作りました。

他にもブルーベリーやバナナ、ラ・フランス、かぼちゃ、さつまいも、アボカド等も合うようなので、ご当地の産物を季節に合わせて活用することができます。

所要時間 45分

材料（1人分）

①（米 粉…5g ベーキングパウダー…0.5g グラニュー糖…5g
無糖コーンフレーク…5g 水…12g サラダ油…4g 塩…0.1g）
りんご…35g レーズン…3g はちみつ…1g
シナモンパウダー…0.1g 水…7g

作り方

- ①マフィンカップ（直径6cm×高さ4cm）を天板に用意しておく。
- ②タネを作る。①内の材料を、ダマにならないように良く混ぜ合わせる。
- ③具を用意する。りんごはよく洗って皮付き5mmのいちよう切りにし、レーズン以下の材料を混ぜ、更に②のタネと合わせる。
- ④スチームコンビは余熱をしておき、マフィンカップに③を分け入れて、スチームコンビで蒸し焼きをする。180度、15～17分
- ⑤蒸し焼き中は、内部温度を確認して下さい。