



バナナホットケーキ

材料 4個分

ホットケーキミックス150g
卵Mサイズ 1個(約50g)
牛乳 100ml

砂糖20g
バナナ1本
サラダ油 少々

作り方

- ① バナナは皮をむいて2~3mm幅に薄く輪切りにします。
(4個調理用に分けておく)
- ② キッチンペーパーにサラダ油をしみ込ませて容器に薄く塗り、バナナを隙間なく並べます。
- ③ ボウルに卵を溶きほぐし、牛乳を加えて混ぜ、ホットケーキミックス・砂糖を入れてなめらかになるまで混ぜ合わせます。
- ④ 生地1/4量を②に入れ、均等に広げてフタをします。
- ⑤ 電子レンジで加熱します。
2個(500W)2分10秒・1個(500W)1分10秒
- ⑥ 電子レンジから取り出しフタをあけ、粗熱をとり(1~2分後)、生地の縁を少しずつ押さえて容器から離し、逆さにして2~3回勢いよく振って取り出します。