ほうれん草のふわっとケーキ

材料 （カップ 8 個分）

ほうれん草(冷凍でも OK)	約 100g
牛乳	100ml
卵	大 2 個
砂糖	60g
サラダ油	大さじ 4
ホットケーキミックス粉	200g

作り方

〈下ごしらえ・準備〉

- ほうれん草はやわらかく茹でて 2～3cmにカットする。（冷凍なら解凍後そのままでよい）
- オーブンを 180℃に予熱する。

① ミキサーに牛乳、ほうれん草を入れ 10 秒間攪拌する。次に卵、きび砂糖を加え 20 秒程更に攪拌する。最後にサラダ油を入れキメが均一になるまで攪拌する。

②①をボールに移しホットケーキミックス粉を入れてヘラで粉っぽさが無くなるまでさっくりと混ぜる。

③ ②の生地をスプーンで型に入れる。

④ 180℃のオーブンで約 20 分程焼き、クーラーに乗せて冷ます。