

●材料

A（薄力粉 100g / 砂糖 大さじ3）
油 大さじ3 / 粉砂糖 好みの量



① ポリ袋にAを入れて振る



② 油を加え、ひとまとまりになるまでよく揉んで混ぜる。



③ ポリ袋から出し、ヘラなどで16等分してそれぞれ丸める。



④ クッキングシートに並べ、電子レンジで2～3分加熱する。



⑤ 粗熱をとり、粉砂糖をふる。



できたてはやわらかめですが、冷めるとサクホロ食感になります。



『おうちでエンジョイ！へこまん生活』は
こちらから。
介護予防情報を定期的に発信しています。

松山市社会福祉協議会 2020

