



## 冬休み子どもと一緒に手作りクレープ



### 材 料 6枚分：直径13～15cm

米粉	50 g	いちご	4 個
牛乳	50cc	ホイップクリーム	適量
卵	1/2 個	トッピングチョコなど	
グラニュー糖	小さじ 1	(かわいい色のもの)	適量
ベーキングパウダー	小さじ 1/3		

### 作り方

- ① ボウルに入れた米粉に牛乳 50cc、溶き卵を少しずつ入れながらへらで混ぜ合わせる。さらに牛乳 30cc をゆっくり加える。固さはへらを上に上げたときに、さらっと落ちるくらいを目安にする。
- ② やや深みのある直径 18 cm位の丸皿にキッチンラップを張り、その上に①をのせ、円を描くように薄く広げる。
- ③ 電子レンジで約 30～40 秒熱し、ラップに張り付いたクレープをゆっくりと周囲からはがして作る。
- ④ 好みのフルーツやクリームをのせていただく。

\* 使用調理器：スプーン、計量カップ、ボウル、まな板、包丁、へら、ラップ、丸皿