

オタネニンジン入りさつま芋の蒸しパン

<材料（1人分）>

薄力粉	10 g
さつま芋	15 g
上白糖	3 g
サラダ油	1.6 g
卵	4 g
牛乳	10 g
ベーキングパウダー	0.4 g
食塩	0.1 g
オタネニンジン（粉末）	0.2 g
いり黒ゴマ	0.5 g



<作り方>

1. さつま芋を皮つきのまま 0.5~1 cm 角程度の大きさに切り、水にさらしておく。
2. 薄力粉とベーキングパウダー、オタネニンジンに合わせてふるっておく。
3. ボールに卵、砂糖、食塩、牛乳、サラダ油を順番に加えてよく混ぜる。そこへ 2 を加えて、練らないようにさっくりと混ぜる。
4. 蒸し器に水を入れ、蒸気を立てる。
5. さつま芋の水を切り、ペーパータオルで水気をしっかりとる。
6. カップに 3 の生地とさつま芋を 8 分目程度になるように入れる。入り黒ゴマを上にならして、蒸し器に入れ、中火で約 15 分間（スチームコンベクションオーブンで 20 分間）蒸しあげる。