

マフィン



エネルギー	97.6kcal
タンパク質	0.9g
脂質	5.3 g
炭水化物	11.3 g
ナトリウム	34m g
リン	22.6mg
カリウム	16.6mg
食塩相当量	0.09g

7個分

作り方

T・Tホット
ケーキミックス 100g

*卵 25g

食塩不使用バ
ター 10g

*水 60g

*油 20g

1 T・Tホットケーキミックスに*の材料をボールに入れよく混ぜる。

2 ①に溶かしバターを加える（お好みでチョコなどを加えても美味しいです）。

3 マフィンカップに分けて、180度のオーブンで約20分～25分焼く。