

さつまいもとリンゴのクッキー



【材料 天板1枚分】

卵	3個
砂糖	120g
生クリーム	大さじ3
バニラエッセンス	少々
薄力粉	230g
塩	少々
溶かしバター	70g
さつまいも	100g
煮リンゴ	100g

【作り方】

- ① さつまいもはよく洗い、皮付きのまま厚さ1cmのサイコロ程度に切って、茹でる。
- ② 大きめのボールに卵、砂糖を入れ、泡だて器でしっかり混ぜる。
- ③ 生クリーム、バニラエッセンスも加え、さらによく混ぜる。
- ④ ふるった小麦粉と塩を加え、粉っぽさがなくなるまで混ぜて、溶かしバターを加え、混ぜる。
- ⑤ オーブンを170度に予熱しておく。
- ⑥ ④の生地に①のさつまいもと煮リンゴをくずさないように混ぜ、天板にクッキングシートを敷き、生地を流しいれゴムベラで平らにする。
- ⑦ 170度のオーブンで薄く焼き色がつく程度（約25分）焼く。
- ⑧ 焼き上がったら粗熱をとり、四角く切り分ける。

★2切れ分の栄養価★

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂肪 (g)	カルシウム (mg)	食物繊維 (g)	塩分 (g)
さつまいもとリンゴのクッキー	195	3.3	7.6	16	0.8	0.2