

# お麩ラスク



材料 60粒分くらい

白玉麩 8g (60粒位)

バター 6g

サラダ油 4g (小さじ1弱)

砂糖 6g (小さじ山盛り1)

一人12粒くらい 32kcal

## 作り方

- 1 バターは小鍋で溶かし、サラダ油と混ぜ合わせる
- 2 白玉麩を1に入れて絡める
- 3 砂糖を入れて絡めまぶす。
- 4 オーブンの天板にクッキングシートを敷いて3を広げる。  
170度のオーブンで3~5分くらい焼く。  
焦げやすいので焼き具合を見ながら時間調整してください。

★指でつまむ練習にも良いです♪

★白玉麩があまりスーパーで見当たらないかもしれません。  
焼き麩でも作れますが、口の中に入った時のサイズは白玉麩  
が食べやすいようです。焼き麩でつくった時は小さく割って  
あげましょう。

乳アレルギーのお子さんにはバターを使わず  
サラダ油と砂糖で作っています。