



## ブラックカラント・マフィン

- ❖ ベーキングパウダー入り小麦粉： 1  $\frac{3}{4}$  カップ
- ❖ お砂糖： 大匙 4 杯
- ❖ 冷凍ブラックカラント果実： 1 カップ
- ❖ 卵： 1 個
- ❖ サラダオイル(オリーブでないもの)：  $\frac{1}{4}$  カップ
- ❖ 牛乳：  $\frac{3}{4}$  カップ

1. 小麦粉、お砂糖、そして冷凍ブラックカラント果実を混ぜ合わせます。
2. 卵とオイルをフォークでかき混ぜ、牛乳を加えます。
3. 1.と2.の材料を軽くかき混ぜます。
4. マフィン用の型(マフィンパン)にマフィンのサイズのペーパーカップを敷いて、3.の材料をスプーンで入れます。
5. 180°Cに加熱しておいたオーブンで約 15 分ほど焼いて下さい。
6. 8 個から 9 個のマフィンが作れます。