

## ニンジンの蒸しケーキ



調理時間

約35分

カロリー

1519kcal

材料

(1台分)

|            |       |
|------------|-------|
| おろしニンジン    | 200g  |
| ホットケーキミックス | 300g  |
| 牛乳         | 160ml |
| オリーブ油      | 大さじ2  |
| 塩          | 少々    |

### 作り方

- 1 ボウルにおろしニンジンとホットケーキミックスを入れてよく混ぜ合わせる。さらに牛乳、オリーブ油、塩を加えて混ぜる。
- 2 ココットダッチオーブンにオーブンシートを敷いて①を流し込み、平らにする。蓋をしてグリルに入れる。
- 3 「ココットダッチオーブン『パウンドケーキ』」を選択し、点火する。手動の場合はココットダッチオーブン「ケーキ／パン [強]」を選択し、タイマーを18分に設定して点火する。消火後、そのままグリルの中で12分余熱する。
- 4 ココットダッチオーブンから取り出し、粗熱をとる。

手早くできて、子どもも喜ぶ野菜のおやつ。