

▷ スイートビーンズ



学校給食
栄養展
「食はたのしみ」
～のぞいてみよう 学校給食の世界!～
**Eating
is Fun!**

子ども達にたくさん食べて
もらいたい豆をデザートに
しました。



【材料】1人分（中学校給食で実施の1人分の分量です）

・ いんげん豆ピューレ	40 g
・ グラニュー糖（砂糖でも可）	5 g
・ 無塩バター	4 g
A 卵	5 g
A 生クリーム	1.5 g
A バニラオイル	0.02 g
・ 黒炒りごま	0.2 g
・ マフィンカップ	1枚

【作り方】

- ① 鍋に無塩バターを溶かし、グラニュー糖といんげん豆ピューレを入れて混ぜる。
- ② ①の粗熱をとり、Aを混ぜる。
- ③ マフィンカップに②を入れ、上に黒炒りごまをふる。
- ④ 180℃のオーブンで15～20分焼く。