



おやつにピッタリ!

いしおかむしパン 《4人分》

＜材料＞	120cc型	6～7個分
ホットケーキミックス	200g	
砂糖	小さじ2弱	
卵	L1/3個	
サラダ油	小さじ2弱	
赤みそ	小さじ1	
酒	大さじ1強	
牛乳	130cc	



＜作り方＞

- ① ボウルに卵・砂糖・酒で溶いた赤みそ・牛乳を入れ、泡だて器でよく混ぜる。
- ② ①にホットケーキミックス・サラダ油を入れ、粉がなくなるまで混ぜ合わせる。(混ぜすぎない)
- ③ 型に②を流し入れ、蒸し器で10～15分ほど蒸す。

★★★★ポイント★★★★

- ★石岡市には酒蔵やみそ屋がたくさんあります。給食では、石岡市産のみもと酒を使って作っています。
- ★酒やみその味は強すぎないので、子供たちも食べやすい味付けです。



カイ



モモア

©石岡市

