



高カロリー・高たんぱく質おやつ



愛の家グループホーム甲府増坪

レシピ名

ホットケーキミックスで信玄ケーキ

◎材料 1ユニット約10人分

食材名	使用量
カッププリン	3個
たまご	3個
ホットケーキミックス	200g
きな粉	適量
黒蜜	適量
サラダ油	大さじ1

使用量はなるべく詳しくお願いします

◎作り方 所要時間(15)分

- 1.カッププリン3個をカップから外してボールの中へ入れる
- 2.たまご3個をプリンが入っているボールへ割り入れる
- 3.プリンを潰しながらたまごと混ぜる(ある程度の大きさになるまでで良い)
- 4.上記3の中へホットケーキミックスを入れる
- 5.ボールの中身をサラサラになるまで混ぜ合わせ生地にする
- 6.フライパンに火をつけ大さじ一杯のサラダ油をフライパン全体に広げる
- 7.上記5の記事をすべて流し入れる
- 8.フライパンに蓋をして火加減はとろ火から弱火にて9分焼く
- 9.ひっくり返して8分焼く
- 10.焼きあがったら好みの形にカットし皿に移してきな粉・黒蜜をかけて完成

♪おすすめポイントやコメント

甲府増坪では普段よりホットケーキをフロアで焼いており、プリンとたまごを使用する事で大概のケーキの材料を網羅しています。
上記レシピにて誰でも簡単に調理できます。
材料のたまご、きな粉にてタンパク質を補えると思います。

📷出来上がり写真・イラスト



コンセプトは安い・簡単・美味しいの三要素！

ぜひ、お試しあれ！