

# 第5回あいつ野菜こどもクッキングコンテスト

## 参加申込書

チーム名	スイーツキング
料理名	にんじん入りカップケーキ、ずんだ添え

材 料	にんじん・・・30g
	牛乳・・・50cc
	グレープフルーツ・・・1/2個
	小麦粉・・・100g
	砂糖・・・100g
	塩・・・少々
	サラダ油・・・大2
	ベーキングパウダー・・・5g
	枝豆・・・250g
	ドライフルーツ・・・36枚
	ブルーベリー・・・36個
	卵(白身)・・・1個

調理方法	枝豆をゆでる(10分)
	白身に砂糖50g、サラダ油大2、塩少々を入れてメレンゲを作る。
	小麦粉、ベーキングパウダーを混ぜ に入れかき混ぜる
	牛乳、グレープフルーツの汁、ミキサーにかけたにんじん20gを に入れる。
	をよくかき混ぜる
	をカップケーキの型に入れてグレープフルーツの皮を細切状にして、上にかき、にんじん10gを型取りして、中央にそっとのせる。
	をオーブン180°で12分焼く
	枝豆をむいて皮をとり、砂糖50gを加えミキサーにかけ、ずんだにする。
	を皿にのせ、ずんだでかこみブルーベリーとドライフルーツを添えて完成!