

甘味

麩クッキー

乾物を使ったレシピ

*材料（4人分）

- 有塩バター 40g
- 麩 20g
- 砂糖 大さじ2



～栄養価（1人分）～

エネルギー	107kcal
たんぱく質	1.5g
脂質	8.2g
食物繊維	0.2g
食塩相当量	0.2g

*作り方

①フライパンにバターを入れて中火で溶かし、麩を並べます。

②両面にバターをしみ込ませながら、こんがり焼けたら火を止めます。

③②が温かいうちに砂糖をまぶし、クッキングシートに広げて冷まします。

