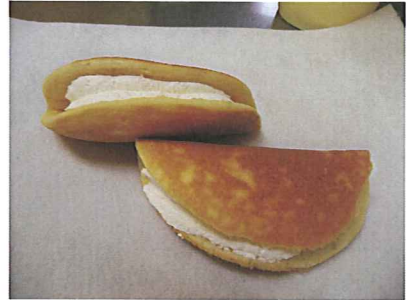


親子で作ろう 手作りおやつ

<バナナオムレット>

※材料（5人分）

- ・ホットケーキミックス 120g
- ・バナナ 1～2本
- ・卵 1個
- ・砂糖と蜂蜜 小さじ2ずつ
- ・牛乳 170cc
- ・ホイップクリーム お好みで



※作り方

- 1、卵と砂糖を泡だて器かハンドミキサーで白くふわふわになるまでよく泡立てる。
- 2、牛乳と蜂蜜を加え混ぜたら、ホットケーキミックスを加えてゴムベラで切るように混ぜる。
- 3、低温（140℃くらい）に熱したホットプレートに直径15cmの円になるように生地を流し込む。
- 4、生地に薄く焼き色が付いたらひっくり返す。裏はさっと焼く程度にし、焼き目はつけなくてもOK！
- 5、生地が熱いうちにクルクルと丸めて冷やしておく。
- 6、バナナを縦半分、長さ4～5cmに切り、冷めた生地でバナナとホイップクリームを包んで完成。