

# 給食室の様子

今日のキャロット蒸しパンはすりおろしたにんじんを生地に加え、中にはチーズとレーズンを入れました。

にんじんは色よく茹でてからフードプロセッサーにかけます。



生地を作ります。

粉は蒸しパンミックスを使います。味やトッピングを変えることで様々なバリエーションの蒸しパンを作ることができます。



すりおろしたにんじんと少量の牛乳を合わせ、蒸しパンミックスに加え混ぜます。固さを見ながら残りの牛乳を加えます。粉と牛乳がよく混ざったらチーズとレーズンを加えます。固めの生地にするとう蒸したときに生地が割れ、花が咲いたように仕上がります。

1人分の量をアルミカップに分けます。  
(中学生は小学生の1.3倍の量)



釜で蒸します。



中心部の温度が85℃以上になっていることを確認。



完成