

あおもりのお手軽家庭料理レシピ

file 296

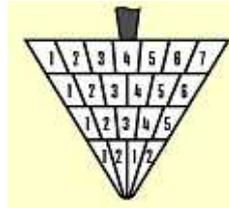
1人分の栄養価

食事バランスガイド

りんごのパウンドケーキ

レシピ提供:

三重県立相可高等学校調理クラブ
中部地区青森りんごの会



おやつ



エネルギー 302 kcal
タンパク質 5.2g
脂質 9.1g
塩分 0.3g

栄養価は(社)青森県栄養士会調べ



材料(4人分)

印は青森県産品が活用できます

りんご... 150g
バター... 100g
砂糖... 100g
薄力粉... 100g
ベーキングパウダー... 1g
卵... 100g



レシピ提供者から...

ひとつこと

角切りのりんごが入っていて食べたときに食感が味わえます。



作り方

りんごを半量にわけ、すりおろしと角切りにわける。
バターをポマード状にして砂糖を入れて混ぜ、すりおろしたりんご、卵を加える。
ふるい合わせた薄力粉とBPをいれて混ぜ合わせ、型に入れ170度のオーブンで40分焼く。
焼き上がったら冷まし、好みの大きさに切り皿に盛る。

この他のレシピは「あおもりのお手軽家庭料理レシピ集」(<http://www.pref.aomori.lg.jp/life/shoku/recipe.html>)をご覧ください。