

トマトビスケットを作ろう



ざいりょう ちよっけい センチメートル かた やく まいぶん
材料 (直径3 cm の型で約24枚分)

くわしい作り方は動画でも
みられるっちい!

【ビスケット約6枚分の栄養価】

エネルギー 171 kcal
食塩相当量 0.2 g

はくりき粉...80 g
さとう...30 g
バター...40 g
トマトピューレ...20 g



作り方

1

計量したバターを室温にもどす
(ゴムベラでつぶせるくらいのかたさにする)



2

ボールにバターを入れ、ゴムベラでクリーム状になるよう切るように混ぜる



3

さとうを加えて混ぜる
(3回に分けて加えるよ)



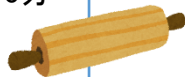
4

トマトピューレを加えて混ぜる



6

めんぼうで5 mm くらいの厚さにのばし、冷凍庫で10分冷やす。
(めんぼうの代わりにラップの「しん」でものばせるよ)



5

はくりき粉を加えて切るように混ぜ、ひとまとめにしたらポリ袋にいれる
(はくりき粉は3回に分けて加えるよ)



8

オーブンを170°Cに温めておく
(オーブンがない場合は、トースターを500Wくらいの「弱」メモリで温めておく)

生地を冷凍庫から出し、型をぬいて170°Cのオーブンで10~15分くらい焼く
(トースターの場合は、アルミホイルをかぶせて15分くらい焼く)



9

焼き色がついたら
できあがり!



ポリ袋の上から
生地の両端に
割りばしをあててのばすと
均一な厚さにのばせるっちい!

