

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)

【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

くわしい作り方は動画でも
みられるっちい！



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)



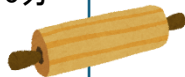
2 ボールにバターを入れ、ゴムベラでクリーム状になるよう切るようにまぜる



3 さとうを加えてまぜる
(3回に分けて加えるよ)



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まぜ、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)



4 トマトピューレを加えてまぜる

ポリ袋の上から
生地を両端に
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！



7 オーブンを170℃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)

8 生地を冷凍庫から出し、型をぬいて170℃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！

