

## かぼちゃの蒸しケーキ

材料（アルミカップ10～12個分）

- ・かぼちゃ 約200g
- ・ホットケーキミックス 200g
- ・牛乳 150cc
- ・卵 1個

作り方

- 1 かぼちゃは種と綿を取り、電子レンジで4分加熱し、フォークなどでざっとつぶす。
- 2 ボウルに卵、牛乳、ホットケーキミックスを加えてよく混ぜる。
- 3 2にかぼちゃを加えてよく混ぜ、アルミカップに8分目ほど流し入れる。
- 4 蒸気が立った蒸し器に入れて蒸す。竹串を刺してみて生地がついてこなければできあがり。

## 炊飯器でかぼちゃケーキ

材料（3合炊飯器）

- ・かぼちゃ 1/6～1/4個
- ・ホットケーキミックス 200g
- ・卵 1個
- ・砂糖 大きじ2～3

- ・マーガリン or バター 40 g  
(※サラダ油でもOK 大さじ2)
- ・牛乳 150 cc

#### 作り方

- 1 かぼちゃは種を取り、電子レンジで4分チンする。
- 2 1と卵、砂糖、マーガリン、牛乳を混ぜる。  
最後にホットケーキミックスを入れてさらに混ぜる。
- 3 炊飯器に流し込み、普通に炊く。