

三色ドーナツ

材料

- (A)
- ・ホットケーキミックス 300g
 - ・牛乳 120cc
 - ・絹ごし豆腐 150g
 - ・砂糖 50g
 - ・卵 1個
 - ・人参 100g
 - ・ほうれん草 100g
 - ・じゃがいも 100g
 - ・サラダ油 適量

【トッピング】

チョコレート 適量
粉糖 適量



作り方

- ① 人参、ほうれん草、じゃがいもに火を通して、それぞれミキサーにかけペースト状にする。
- ② Aを混ぜ合わせ、①のペーストを別々に混ぜる。
- ③ 180℃の油で、②を団子にしながら油で揚げる。
- ④ お好みでチョコレートや粉糖をトッピングする。

☆ポイント☆



●野菜の皮までミキサーにかけて生地に練り込んでいるので、食品ロス削減！

●野菜嫌いの子どもでも食べやすい♪