

## 給食レシピ紹介～麩のラスク～

### 【材料（2人分）】

麩……………15g  
★粉末黒糖…大さじ1杯強(10g)  
★サラダ油…小さじ2杯(8g)  
きな粉………小さじ1杯半(4.5g)  
粉末黒糖……小さじ2杯(6g)  
塩……………少々

### 【作り方】

- ①麩に★の油をからめる。
- ②①に★の粉末黒糖をまぶし、クッキングシートを敷いた鉄板に平らに並べて、オーブンやトースターで砂糖がふつふつとするくらい焼く。
- ③きな粉、粉末黒糖、塩を混ぜ合わせておく。
- ④②の麩を熱いうちに③と合わせる。



### ★ポイント★

- ・給食では和食に合わせて和風の味にしました。サラダ油をバター、砂糖を白砂糖に代えて作ってもおいしいです。そのほか、まぶす粉をココアや抹茶、ごま等に代えると違った味を楽しめます。
- ・給食では大量のためこのような作り方をしましたが、フライパンにバターを溶かして砂糖を入れて混ぜ合わせたものに、麩を加えて焼き色がつくまで炒めて作る簡単な方法もあります。