

カンタン！朝ごはんレシピ

～コーン蒸しパン～

調理時間
約10分



✿材料（紙コップ8個分）

- ・牛乳 …150ml
- ・コーンスープの素 …1袋
- ・卵 …1個
- ・ホットケーキミックス…150g
- ・サラダ油 …大さじ1
- ・ホールコーン …大さじ4
- ・魚肉ソーセージ …1本

✿作り方

- ① 牛乳を温め、コーンスープの素を加えて混ぜる。
魚肉ソーセージをいちょう切りにしておく。
- ② ボウルに、卵、ホットケーキミックス、冷ましたコーンスープを加え、だまがなくなるまで混ぜる。
さらに、サラダ油を加えて混ぜる。
- ③ ②を紙コップの半分くらいまで流し入れ、
コーンと魚肉ソーセージを上のにのせる。
ラップをふんわりかけ電子レンジで4分加熱する。