

アロエ料理

アロエパン

『パン焼き機』をお持ちの方、アロエを加えてお手軽「ヘルシーブレッド」にしてお楽しみください。付属している「食パンの焼き方」をご覧ください。通常の食パンの作り方にアロエを加え、分量の水分からアロエの分だけ差し引きます。

調理時間：5分

ニガニガ度：☆☆☆★★（さめると少しニガい）



材料（大人2人分）

| | |
|---------|--------------|
| アロエエキス | 40ml（お好みで増減） |
| 国内産小麦 | 280g |
| 黒砂糖 | 約 17g（大さじ 2） |
| 塩 | 約 5g（小さじ 1） |
| ドライイースト | 約 2.8g |
| 牛乳 | 160ml |
| バター | 17g |

作り方



- 1.いつもの材料にアロエを加えてセット。5時間くらいで焼きあがります。
- 2.おめたら切って、お好みのジャムをつけてどうぞ。