

## ローリングストック法レシピ

メニュー名	乾パンパウンドケーキ
調理のポイント	残りがちな備蓄食品を食べやすくアレンジすることで、食品ロスを減らすことができます。食べにくい乾パンも調理の仕方により、特有の硬さを感じにくくなり食べやすくなります。

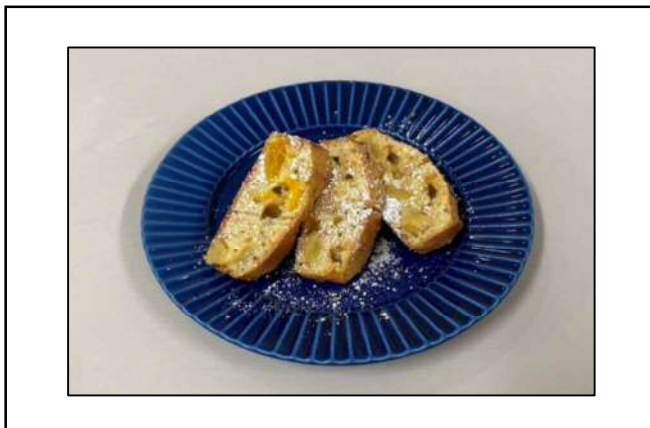
### 【材料】

食材	分量 (2人分)
乾パン	8枚 (25g)
薄力粉	1/2カップ (55g)
卵	1個 (50g)
バター	大さじ4 (48g)
砂糖	大さじ3 (27g)
ミックスフルーツ缶(M2号缶)	1/4缶 (50g)

### 【作り方】

	20cmのパウンド型にクッキングシートを敷いておく。オーブンを180℃に予熱しておく。
①	フルーツを1cm大にカットしておく。
②	バターを白っぽくなるまで混ぜ、砂糖を加えよく混ぜる。
③	卵を溶き少しずつ加えて混ぜ、薄力粉をふるい入れ混ぜる。
④	フルーツを入れ軽く混ぜる。
⑤	型に流し込み、オーブンで30分程度焼く。途中、10分ほどで表面に切り込みを入れる。
⑥	焼けたらカットして完成。

### 【写真】



### 【栄養価】

1人分			
エネルギー	:	427	kcal
たんぱく質	:	5.7	g
脂質	:	21.7	g
食塩相当量	:	0.7	g