



雪印メグミルク 栗原はるみのミルクのある生活 「今月のミルクレシピ」

ドライフルーツとくるみのオートミールパン

2018年1月

材料(約 25cm 長さ 1 本分)

- レーズン 100g
- クランベリー 100g
- くるみ(ローストしたもの) 100g
- A
 - ・薄力粉 150g
 - ・オートミール 80g
 - ・ベーキングパウダー 小さじ1と1/2
 - ・砂糖 大さじ1
 - ・塩 少々
- 「ナチュレ 恵 megumi」 120g
- 「雪印メグミルク牛乳」 大さじ2
- はちみつ 大さじ1
- サラダ油 大さじ1
- オートミール 適量
- 「雪印北海道100 クリームチーズ」・
「雪印北海道100 カマンベールチーズ」・
はちみつ・生ハム 各適量

準備

- ・オーブンは200°Cに予熱しておく。

作り方

- 1 レーズン、クランベリー、くるみは粗く刻む。
- 2 牛乳とはちみつを合わせてよく混ぜる。
- 3 ボウルにAを入れて軽く混ぜ、(1)を加えてさらに混ぜ合わせる。
- 4 (3)にヨーグルトを加えてゴムベラなどで混ぜてから、(2)を加えて混ぜる。
- 5 さらにサラダ油を加えて混ぜたら手でまとめる。
- 6 長さ約 25 cm、幅約 8 cmの大きさに押さえながら形を整え、表面にオートミールをまぶす。
- 7 クッキングペーパーを敷いた天板に(6)のをのせ、200°Cのオーブンで約 25 分焼き、180°Cに下げてさらに 10 分焼く。
- 8 焼き上がったら網にのせて冷ます。薄切りにし、やわらかく練ったクリームチーズ適量を塗ってのはちみつをかけたり、生ハムのをせたりしていただく。切り分けたカマンベールチーズのをのせ、はちみつをかけてもおいしい。