

ポパイクッキー



材料

- ほうれんそう 1/4 束
- 薄力粉 180g
- コーンスターチ 40g
- 砂糖 60g
- ベーキングパウダー . . . 4 g
- オリーブ油 35 g
- 豆乳 80g 程度→ほうれんそうペーストの水分に左右されます

小松菜、にんじん、
かぼちゃ などでも
作れます

手順

1. ほうれんそうを洗ってざく切りにし、サッと茹でて水にさらす
→軽く水気を絞り、フードプロセッサーで、ペースト状にする
※機械がなければ、包丁で、細かく刻んでもよい
2. ボウルに『薄力粉からオリーブ油まで』の材料を入れて、混ぜる
3. ①を加える
4. 豆乳を加えていく

POINT

- 生地のは硬さは手で捏ねるには柔らかすぎてできないが、
スプーンですくって天板にポテッと落とせるくらいにする
5. クッキングシートを敷いた天板に、カレー Spoon サイズの生地を
スプーンで落としていく
 6. 180℃に予熱したオーブンで 15 分くらい焼く