

## ポリポリ棒

### 【材料】

小麦粉	50g	} ★事前に混ぜ合わせておく
ベーキングパウダー	2g	
砂糖	1g	
にんじん	25g	
油	大さじ1(12g)	

### 【作り方】

- ①にんじんをすりおろして、油とあわせる。
- ②ボウルに★と①を入れて、ゴムベラでひとかたまりにする。
- ③めん棒でうすく伸ばし、細長く切る。
- ④200℃のオーブン(オーブントースター可)で10～15分焼く。

※生地をうすく伸ばすほど、パリパリに仕上がります、