

MANO WOMEN'S CLUB

FROM KITCHEN WITH LOVE

2024.7月は Zucchini for the win!

艶々みずみずしいズッキーニを店頭で見つけてウキウキしたので、こちらのレシピをご紹介します♪
ズッキーニはケーキサレだけのものではないのです♪ 適度な水分で生地はしっとり、フルーティさも増して
美味しいケーキになるんです



まのウィメンズクリニック ホスピタリティ マネージャー 眞野さつきが紹介します。私も出来る。からだもおいしい簡単sweetsレシピ。
当院では、産後のDaily Special Sweetsとして、提供させて頂いております

enjoy!

RECIPE

INGREDIENTS

METHOD

- ・ズッキーニ1本→スライサーで千切りにする
- ・きび砂糖…120g
- ・ベジタブルオイル…120g
(今回米油でやりました)
- ・卵…2個
- ・小麦粉…220g
- ・B.P…2.5g
- ・B.S…5g
- ・塩…2g
- ・くるみや好きなナッツ…60g

粉類はふるって
1つにまとめておく

用意するもの

- ・型(今回17.5cm 正方形) 大きめです・型にクッキングシートを貼っておく
- ・オープン170度予熱

- ①ズッキーニはスライサーで千切りにしておく(手切りでもok)
- ②砂糖とオイルをボールに入れ、もったりするまで
ブレンダーで混ぜる
- ③卵を1つづつ割り入れブレンダーで混ぜる
- ④粉類を入れ混ぜ、ズッキーニやナッツも入れ混ぜる
- ⑤型に流し入れ、予熱しておいたオープンで40分焼く
enjoy!

レシピ提供

まのウィメンズクリニック

manowomensclinic.com

☎0568-36-0303 春日井市松新町2-5

産科・婦人科



MANO WOMEN'S CLINIC

