



枝豆とベーコンの マグカップ蒸しパン



※写真はイメージです。



枝豆とベーコンのマグカップ蒸しパン

●調理時間/約10分 ●カロリー/319kcal(1人あたり)



※写真はイメージです。

【材料2人分】

ホットケーキミックス 1/2袋
卵 1個
牛乳 80ml

ベーコン 1パック
冷凍枝豆 40g(さや付き)
黒こしょう 適量

【作り方】

- 1 ベーコンを1cm幅の短冊切りにする。冷凍枝豆は解凍して豆を取り出す。
- 2 ボウルに卵と牛乳を入れよく混ぜ、ホットケーキミックス・①を加えて、切るように軽く混ぜる。
- 3 ふたつのマグカップに均等に生地を流し入れて、500Wの電子レンジで2~3分加熱する。
※生地に竹串を刺して、生焼けの生地がつかなければしっかりと火が通っています。
- 4 仕上げに黒こしょうを振る。