

## トマト米粉パンケーキ（1名分）

### 材料

米粉	100 g	
トマトパウダー	3 g	（佐屋高校産規格外大玉トマト利用）
B P	10 g	
豆乳	130 g	
砂糖	30 g	
塩	ひとつまみ	
油	8 g	

### 作り方

- 1 米粉、B P、トマトパウダーを合わせてふるう。
- 2 ボウルに豆乳、砂糖、塩、油を入れ、よく混ぜる。（油は少しづつなじませる。）
- 3 2に1を加えてよく混ぜる。（焼く前にしばらくおいて粉類となじませる。）
- 4 油（別量／適量）をフライパンにひいて温め、好みの大きさに焼く。

## 豆腐クリーム

### 材料

絹ごし豆腐	130 g
メープルシロップ	20 g

### 作り方

- 1 絹ごし豆腐はあらかじめペーパータオルに包んで軽く水切りしておく。
- 2 1とメープルシロップをミキサーにかけ、クリーム状にして冷やす。

## キャロットジャム

### 材料

ニンジン	100 g
水	100 g
砂糖	70 g
レモン汁	10 g
オレンジキュラソー	10 g

### 作り方

- 1 鍋に薄切りにしたニンジンと水を入れ、煮る。柔らかくなったらフードプロセッサーにかける。
- 2 1にレモン汁と砂糖、オレンジキュラソーを加えて水分がなくなるまで煮る。