



米粉\*基本のフライパンパン\*アレンジ

## 人参シナモンチーズ

シナモンをいれることで、少量のさとうでも菓子系のパンを食べている感覚になりおやつに◎！！



アレンジする材料

**すりおろした人参 30g (人参1/2くらい)**

**水 30g 追加**

**シナモン ティースプーン1杯**

**チーズ...シュレッドチーズか、溶けるチーズ**

※片方を焼いた後、チーズをのせてからひっくり返しもう片面を焼く

人参の水分量がおおいと、同量の追加水がおおい場合があります。

目指す生地感は、もったり、どろどろです。

「シャバシャバ」の場合はゆるいので米粉を追加してください。