

揚げパン(シナモン or きな粉)



【材料 4人分】 ※ () 内は1人分の分量		
コッパン	4本	(1本)
天ぷら油	適宜	
シナモン	小さじ1	(0.3g)
三温糖	大さじ3	(6.5g)
きな粉	大さじ2弱	(3g)
三温糖	大さじ1・1/2	(3g)
塩	少々	

【作り方】

- ① 天ぷら油は200℃に熱し、パンの表側を下にして油に入れます。
- ② 30秒たったら、裏返して底面側を30秒揚げ、油をきります。
- ③ シナモンと三温糖をよく混ぜ合わせたものを全体にまぶします。
(※きなこ三温糖を合わせたものでも可。)



ねぎっちょのおすすめポイント！

揚げパンは、学校給食の中でも人気の主食です。

できるだけたっぷりの油を使い、高温・短時間で揚げると、油っこくなく仕上がります。