

## にんじんもちもち (2枚)

- ・人参 20g
- ・アルファ化米粉 大さじ2
- ・水 大さじ2



1. 人参は皮を剥きすり下ろす。
2. アルファ化米粉に分量の水を少しずつ混ぜながら入れていき、全体に混ざったら1を加え更に混ぜる。
3. 半分の量を丸めたら平たく伸ばし2枚作る。
4. 温めたフライパンに3を入れ両面を焦げないように弱火で焼く。