

アップルクランブル

おからが入ったサクサクのクランブルはりんごの甘さを引き立てます



材料 (16cm 角型)

| | | |
|-----------|-------|-------|
| りんご | | 1 個 |
| レーズン | | 20g |
| レモン汁 | | 大さじ 1 |
| <クランブル> | | |
| おからパウダー | | 20g |
| アーモンドプードル | | 10g |
| 砂糖 | | 20g |
| はちみつ | | 大さじ 2 |
| なたね油 | | 20g |
| | | |

作り方

- 1 りんごはよく洗い、皮ごとくし形に 5mm 厚さに切る。バットに並べレモン汁をかけておく。オーブンは 180°C に余熱しておく。
- 2 クランブルを作る。ボウルにおからパウダー、アーモンドプードル、砂糖、はちみつ、なたね油を入れてよく混ぜる。
- 3 バットに並べたりんごにレーズンを散らす。
- 4 3 に 2 のクランブルを広げてのせる。
- 5 オーブンで 40 分程度表面に焼き色がつくまで焼く。
・クランブルにシナモンパウダーを振りかけて風味をつけても良いでしょう