



## ツナメルト豆腐蒸しパン



### 材 料 (3 ~ 4 人分)

ホットケーキミックス 150g

絹豆腐 150g

マヨネーズ 大さじ 1

水 大さじ 1

#### ■トッピング

ツナ缶 1 缶

マヨネーズ 大さじ 1

とろけるチーズ 1 枚

使用した容器：直径 22cm

満水容量 800mL の耐熱平皿  
(品番 HPL-80)

### 作 り 方

1 ポリ袋にホットケーキミックス、絹豆腐、マヨネーズ、水を入れ袋の上から手でもみなじませる。

※絹豆腐は水切りせず、そのまま入れてください。

2 耐熱皿にクッキングシートをしく。1の袋の端を切ってしぼり出し、スプーンで形をととのえる。

※ふくらみますので余裕をもって伸ばしてください。



3 ツナ缶は軽く汁気を切り、マヨネーズ大さじ 1 を入れかきませる。

※缶の中でそのままかきませられます。

4 のばした生地の上にツナマヨをのせ、スプーンでのばす。とろけるチーズは手でちぎりのせる。

※溶けてこぼれることがあるので、

はじから 3 センチくらいあけてのせて下さい。

ツナマヨの汁はこぼれても問題ありません。

5 ふんわりラップをかぶせ、600w の電子レンジで 5 ~ 6 分加熱し、電子レンジ庫内に 3 分ほど置いて余熱で火を通してできあがり。

※加熱後、ラップが生地に触れても問題ありません。

※冷蔵保存：翌日まで