

低糖質クッキー



使用する調理器具

オーブン

できた製品の糖質・食物繊維含有量

100g 当り

糖質 15.3g

(内、エリスリトール 9.7g)

食物繊維 13.3g

【材料】

パン de スマートミックス	90g	
ベーキングパウダー	1g	
バター	50g	(室温に戻しておいて下さい。)
エリスマート (甘味料)	20g	(エリスリトール 99.4%、アセスルファムK 0.6%。砂糖の2倍の甘味度です。)
全卵	70g	
アーモンドプードル	10g	

【作り方】

- ① ミックスとベーキングパウダーを良く混合する。
- ② 室温に戻したバターにエリスマートを加え良く混ぜる。
- ③ ②に全卵、アーモンドプードルを加え良く混ぜる。
- ④ ①を加え全体が馴染むまで混ぜる。
- ⑤ 生地を平たく成型しラップで包み、室温で 30 分寝かせる。
- ⑥ 生地を 5mm 程度の厚さに伸ばし、型抜きする。
- ⑦ 170℃で 15 分前後焼成し、網などの上で冷ます。

※かき混ぜが足りない場合や生地温度が低い場合には、溶けなかったエリスマートが黒い斑点となって出ることがあります。