



パンマフィン (カフェモカ)

パンdeスマートミックスで作るコーヒーとチョコのビターな風味のマフィンです。

1個(約70g)あたり	
糖質量	10.5g
食物繊維量	4.8g

材料

パンdeスマートミックス	50g	
ココアパウダー(ふるう)	10g	
アーモンドプードル	20g	
エリスマート(ふるう)	15g	
ベーキングパウダー	4g	
卵	1個	
卵黄	1個分	
牛乳(豆乳または水でもOK)	70cc	
溶かしバターまたはサラダ油	20g	
インスタントコーヒー	2g	} 混ぜ合わせておく
ラム酒	小さじ1/2	
チョコチップ	20g	
お好みでトッピング用のナッツ	適量	

作り方



①ボウルにミックス、アーモンドプードル、エリスマート、ベーキングパウダー、ココアを入れ、泡だて器で混ぜる。



②①に溶き卵、卵黄、牛乳を入れ、均一になるまで混ぜる。



③溶かしバターまたはサラダ油を加えさらに混ぜる。



④チョコチップを加えて分散させた後、ラム酒で溶いたコーヒーを加えてマーブル状に混ぜる。



⑤マフィンカップやグラシンカップなどに生地を4等分して入れ、ナッツをトッピングする。



⑥180℃に予熱したオーブンで15～20分焼く。