

教師の皆様へ

オーストラリア料理を生徒さんたちと作る際には、火や包丁の使用は危険が伴うため、教師・保護者の監督のもとに料理をするよう必ずご指導ください。よろしくお願いいたします。

このレシピは日本のカップを使っています。日本では1カップが200mlです。



年 組 名 前

オーストラリアのレシピ

1. アンザック クッキー

材料 (25 個分)

オートミール	1 カップ
小麦粉	1 カップ
砂糖	1 カップ
ココナッツフレーク	3/4 カップ
バター	100 g
ゴールデンシロップ (メイプルシロップでもよい)	大さじ 1
じゅうそう (ベーキングパウダー)	小さじ 1
お湯	大さじ 2

1. 大きいボールにオートミール、ふるいにかけて小麦粉、砂糖とココナッツフレークを入れて一緒に混ぜる。
2. なべにバターとゴールデンシロップを入れて、バターがとけるまで弱火でかき混ぜる。
3. じゅうそうをお湯にとかしてから2のなべに混ぜる。
4. 2のバターとシロップがまだ熱いうちに、1のボールに2をいれてよく混ぜる。
5. 油をぬったオーブントレイに混ぜた生地を小さじ3杯分くらいにして4 cmくらい間をあけて置き、スプーンで軽く押し付ける。
6. 150度くらいのオーブンで20分くらい、きつね色になるまで焼く。

2. チョコ クラクルズ

材料 (20 個分)

ライスバブル	4 カップ
ココナッツフレーク	1 カップ
ココア	2/3 カップ
粉砂糖	1 カップと 1/2 カップ
ショートニング	200g
紙ケース	20 個

1. 大きいボールにライスバブル、ココナッツフレーク、ココアと、ふるいにかけて粉砂糖をいれてよく混ぜます。
2. なべにショートニングを入れて、弱火でとかしてから1のボールにいれます。
3. ボールの中身をよく混ぜ合わせます。
4. 3をケースにいれて、固まるまで冷蔵庫にいれておきます。