



中華人民共和国
China

マーラカオ

(調布市布田小学校)

【 材料 (給食5人分) 】

蒸しパンミックス(乳卵なし)	200g
三温糖	25g
レーズン	15g
ラム酒	少々
〔 豆乳	150g
しょうゆ	2cc



【 作り方 】

- ①ボウルに蒸しパンミックスと三温糖を混ぜ合わせる。
レーズンは熱湯をまわしかけ、ラム酒を振っておく。
- ②豆乳、しょうゆを加えなめらかになるまで混ぜる。
- ③カップに流し入れ、蒸しパンミックスをまぶしたレーズンをのせる。
- ④蒸し器で15分程度蒸す。(電子レンジでも可能600w2分~2分20秒)竹ぐしを刺して、ねっとりした生地が付いてこなければ出来上がり。

ポイント

「マーラーカオ」は中華風の蒸しパンで、マーラーは「マレーシア」、カオは「ケーキ」の意味があるそうです。三温糖と隠し味に「しょうゆ」を少しだけ加えています。味と風味にコクが出て、ふわもちマーラーカオが出来上がりますよ。