

2014.7.27（日） 10:00～  
和泉シティプラザ北棟5階調理実習室  
講師：ジョアン・ロジャーズさん

## (1) アンザック・ビスケット (Anzac biscuits)

### 《材料》 (10～12個分)

- ・小麦粉 1カップ
- ・ロールドオーツ 1カップ
- ・ブラウンシュガー 2/3カップ
- ・乾燥ココナッツ 2/3カップ
- ・バター 125グラム
- ・ゴールデンシロップ 大さじ1  
(メープルシロップやパンケーキシロップでも可)
- ・重曹 小さじ1
- ・水 小さじ1



### 《作り方》

- ① オーブンを170℃で予熱する。天板にベーキングシートをひく。
- ② 小麦粉を大きなボウルに入れる。ロールドオーツ、ブラウンシュガー、乾燥ココナッツを入れてかき混ぜる。
- ③ 鍋にバター、シロップ、水を入れる。バターが溶けるまでかき混ぜる。重曹を入れてかき混ぜる。
- ④ ③を②に入れ、混ぜ合わせる。
- ⑤ 大さじ一杯分を取り、ボールを作る。天板にのせ、5cm間隔をあける。フォークで少し平らにする。
- ⑥ 10～15分間、金茶色になるまで焼く。
- ⑦ 10分間冷ました後、やさしく金網台に移し、完全に冷ます。

\*\*\*\*\*

<メ モ>

## (2) スイートコーン・フリッター (Sweetcorn fritters)

### 《材料》 (12 個分)

- 小麦粉 3/4 カップ
- ベーキングパウダー 小さじ 1
- 卵 1 個
- コーンクリーム缶 440 グラム
- タマネギ (サイの目切り) 小 1 個  
(中を半分でも可)
- 塩コショウ
- ハーブや香辛料 (例: パセリやチリパウダー)
- 油

### 《作り方》

- ① 小麦粉、ベーキングパウダー、塩コショウをボウルに入れる。卵、スイートコーン、タマネギを加え、混ぜ合わせる。
- ② フライパンで油を温める。大さじ山盛り一杯の混ぜ合わせたものを入れる。
- ③ 金色になるまで焼き、ひっくり返して反対も焼く。

\*\*\*\*\*

<メ モ>

