

とっても簡単 混ぜるだけ



🌸アレルギー対応クッキー🌸

すべてのクッキーに **卵・乳** は使用していません。

★かぼちゃのソフトクッキー★

能登のかぼちゃを使用したソフトクッキーです。



★さつまいものソフトクッキー★

子供達が掘ったさつまいもを使用しました。

★米粉の塩クッキー★

能登のお米と能登塩を使った ココナッツ風味のクッキーです。

★抹茶とプレーンの格子クッキー★

抹茶風味でサクサクした食感です。

★栗のココアクッキー★

ココアとごま風味のクッキーです。



●かぼちゃのころころクッキー●



《材料》 30個分

【A】
かぼちゃ（種・わたはとって）・・・170g
くるみ・・・20g
粉砂糖（お好みの砂糖でOK）・・・大さじ4
薄力粉・・・100g
アーモンドパウダー・・・50g
サラダ油・・・大さじ2～4
※生地がまとまらなければ追加で調節してください。



おすすめ!

仕上げにお好みにココアや粉砂糖等ふりかけるのもおすすめです。
また爪楊枝を使ってかぼちゃ型にデコレーションしてから焼くのもかわいいですよ!(^_^)!

《作り方》

1. かぼちゃは「サランラップ」でゆったりと包み、電子レンジ（500W）で約3分30秒加熱する。実をスプーンでかき取って正味約100gとし、なめらかになるようにつぶす。
2. くるみはクッキングシートを敷いた天板にのせ、予熱なしのオーブン160℃で5分焼き、あらく砕く。
3. ボウルにAの材料を全て入れ、手で混ぜ合わせる。親指大に丸め、クッキングシートを敷いた天板に並べる。
4. 180℃に予熱したオーブンで約12分～15分焼く。
5. 焼きあがったら金網などにのせて冷ます。お好みにココアや粉砂糖をふる。

● さつまいもクッキー ●



《材料》 30 個分

【A】

さつまいも（皮むき）・・・150g


粉砂糖・・・大さじ6

薄力粉・・・300g

アーモンドパウダー・・・150g

サラダ油・・・大さじ3～6

※生地がまとまらなければ追加で調節してください。

 さつまいも型にデコレーションしてから焼くのも
かわいいですよ!(^_^)!

《作り方》

1. さつまいもは皮をむき、適度な大きさにカットして耐熱ボウルに入れる。サランラップでゆったりと包み、電子レンジ（500W）で約2分～3分やわらかくなるまで加熱する。なめらかになるようにつぶす。
2. ボウルにAの材料を全て入れ、手で混ぜ合わせる。親指大に丸め平たく形成し、クッキングシートを敷いた天板に並べ、黒ゴマをのせる。
3. 180℃に予熱したオーブンで約12分～15分焼く。
4. 焼きあがったら金網などにのせて冷ます。お好みでココアや粉砂糖をふる。

● 米粉の塩クッキー ●



《材料》 30～40 個分

【A】

米粉・・・300g

アーモンドパウダー・・・大さじ8

ココナッツシュガー・・・100g

ココナッツオイル・・・大さじ8～10

★能登塩（形成後使用）・・・適量

※生地がまとまらなければ追加で調節してください。



能登塩のかわりに仕上げにお好みでココアや粉砂糖など
ふりかけるのもおすすめです。

《作り方》

1. ボウルにAの材料を全て入れ、手で混ぜ合わせる。親指大に丸め、クッキングシートを敷いた天板に並べる。★の塩を真ん中に少量のせる。
2. 180℃に予熱したオーブンで約12分～15分焼く。
3. 焼きあがったら金網などにのせて冷ます。

●抹茶の格子クッキー●



《材料》 20~30個分

【A】プレーン生地

薄力粉・・・100g

粉砂糖・・・20g

サラダ油・・・30~40g

【B】抹茶生地

薄力粉・・・95g

抹茶・・・5g

粉砂糖・・・20g

サラダ油・・・30~40g

※生地がまとまらなければ追加で調節してください。



お好みでいろいろなデコレーションをしても
かわいいですよ!(^_^)!

《作り方》

1. ボウルにAの材料を全て入れ、手で混ぜ合わせる。
2. Bの材料を全て入れ、手で混ぜ合わせる。
3. AとBを各々十字にカットして、格子に組み合わせる。
4. 15分くらい冷凍庫でやすませ、少し硬くなったら包丁で5mmくらいにカットして、クッキングシートを敷いた天板に並べる。
5. 180℃に予熱したオーブンで約12分~15分焼く。
6. 焼きあがったら金網などにのせて冷ます。

●栗ココアクッキー●



《材料》 20~30個分

【A】

薄力粉・・・95g

ピュアココア・・・5g

粉砂糖・・・20g

サラダ油・・・30~40g

※生地がまとまらなければ追加で調節してください。

白ごま（デコレーション用）・・・適量

（けしの実でもOK）



お好みでいろいろなデコレーションをしても
かわいいですよ!(^_^)!

《作り方》

1. ボウルにAの材料を全て入れ、手で混ぜ合わせる。親指大に丸め栗型に形成し、栗の下部に白ごまをつける。
2. クッキングシートを敷いた天板に並べる。
3. 180℃に予熱したオーブンで約12分~15分焼く。
4. 焼きあがったら金網などにのせて冷ます。