

オーサワの

全粒粉入り

# パンケーキ ミックス

香ばしい  
全粒粉の  
味わい

三重産  
小麦使用

卵・乳不使用

## パンケーキの作り方(4枚分)

- 1 パンケーキミックス200gに水または豆乳200~230mlを入れてよく混ぜる。
- 2 フライパンを熱して、薄く油をひき、一度ぬれふきんの上にのせ、少し冷ます。
- 3 フライパンに①の生地を1/4を流し入れて、弱火で3~4分焼く。
- 4 表面にプツプツと穴が開き、まわりが乾いてきたら裏返して3~4分焼く。

名 称	パンケーキミックス
原材料名	小麦粉(三重県)、小麦全粒粉(三重県)、食塩/重曹
内 容 量	400g
賞味期限	袋裏面下部に記載
保存方法	直射日光、高温多湿を避け、冷暗所にて保存
販 売 者	オーサワジャパン株式会社 東京都目黒区東山3-1-6 TEL 03-6701-5900
製 造 所	平和製粉株式会社 三重県津市河芸町東千里 495-1

●開封後は湿気を避け密封して保存し、お早めに召し上がりください。

## 揚げ菓子を作る場合のご注意

このパンケーキミックスでドーナツ等の揚げ菓子をお作りになると**破裂する危険**があります。揚げ菓子をお作りになる場合は本品100gに対して砂糖を10g以上とベーキングパウダーを2g以上の**両方を必ず入れて**ください。

## 栄養成分表示(100g当たり)

エネルギー 361kcal 炭水化物 77.2g  
たんぱく質 9.3g 食塩相当量 1.2g  
脂 質 1.7g

(サンプル品分析による推定値)



袋



OHSAWA  
JAPAN  
Macrobiotic Foods