

가을

recipe

단호박파운드케이크



재료

단호박 퓨레 1컵
통밀가루 1컵
베이킹파우더 1작은술
아몬드 우유 ½컵
코코넛 오일 ¼컵
메이플 시럽 ⅓컵
계피가루 약간

대체 재료

단호박
→ 고구마
코코넛 오일
→ 해바라기씨유

만드는 법

1. 재료를 전부 넣는다.
2. 섞어서 반죽을 만든다.
3. 모양을 잡고 180도 오븐에서 35~40분 굽는다.

영양 정보(1잔)

약 160kcal, 베타카로틴 풍부,
당류 10g