

使用商品



Healthy treats  
for your snack break.

# まいにち食べたい かぼちゃの種と カシューナッツの オートミールクッキー

Pumpkin Seed and Cashew Oatmeal Cookies



Recipe

混ぜて焼くだけ！  
優しい甘さの  
ザクザククッキー！



## かぼちゃの種とカシューナッツの オートミールクッキー

約13～15枚分

オートミール	50g
メープルシロップ	45g
サラダ油	25g
まいにち食べたい かぼちゃの種	30g
まいにち食べたい 素焼きカシューナッツ	30g
薄力粉	30g
岩塩（お好みで）	適量

- ① カシューナッツは4～6分割くらいに粗く砕いておく。
- ② ボウルにオートミール、メープルシロップ、サラダ油を入れて混ぜ合わせる。
- ③ 薄力粉、かぼちゃの種、①を入れて粉気がなくなるまで混ぜる。
- ④ オープンシートを敷いた天板に③を大さじ1杯のせ、5cmくらいに広げて丸く整える。
- ⑤ 岩塩を少量ふり、160℃のオーブンで20～25分焼く。
- ⑥ 焼きあがったら天板から取り出して冷ます。