

# 黑糖糕



## 【材料】

黑糖.....	120克
中筋麵粉.....	210克
樹薯粉.....	40克
油.....	15克
酵母.....	2.5克

## 【做法】

- 1.備鍋子加入100克的水煮滾後放入黑糖拌勻，煮好後加入冷水稀釋至總重400克放涼備用。
- 2.中筋麵粉和樹薯粉過篩後放入黑糖水中拌勻，並加入乾酵母粉及油繼續攪拌成麵糊狀，完成後蓋上保鮮膜，靜置1小時備用。
- 3.將麵糊倒入模具中，電鍋外鍋放2杯水，等內鍋的水沸騰後放入裝有麵糊的模具蒸熟。
- 4.等電鍋跳起後黑糖糕上灑上白芝麻，依個人喜好切塊即可。

## 【營養小叮嚀】

- 1.此為高熱量點心，質地軟易咀嚼。
- 2.可搭配一杯牛奶或豆漿增加蛋白質來源。

營養成分	醣類	脂質	蛋白質
每100克	51.8克	2.0克	6.6克
熱量	233.6卡		