

美食小達人-香蕉燕麥餅乾

本週美食小達人在烹飪區製作了香蕉燕麥餅乾，請小朋友可以和爸爸媽媽一起來製作這簡單又健康的小餅乾唷~

所需材料 (大約可做成五片)

- 1.香蕉半根。
- 2.麥片 50 克。
- 3.蔓越莓乾或蜂蜜(增加甜味用，可加可不加)

準備器具

- 1.氣炸鍋或烤箱(食譜用的是氣炸鍋版本)
- 2.碗或耐熱袋
- 3.叉子或湯匙
- 4.烘焙紙(料理紙)

Step1

將香蕉壓成泥(可放置碗裡用叉子或湯匙壓，也可直接放至耐熱袋中隔著袋子壓成泥)。



Step2

將 50 克的麥片加入香蕉泥中混和均勻，使其成團。

Step3

將餅乾團平均分成五球，放至烘焙紙上，放入氣炸鍋或烤箱，160-170 度 15 分鐘。(家中若無烤箱或氣炸鍋可用平底鍋煎之兩面變微黃)



Step3

完成~剛出爐還很燙口~放涼一下再享用唷~

