

## 【ウォーミング UP！スパイシークッキー】



セイロンシナモン、ジンジャー、クローブス、オールスパイス、ナツメグ、カルダモンと6種のスパイスをブレンド。噛みしめるたびに、鼻腔からス〜とかすかに抜けるスパイスが心地い〜い♪

それを石臼挽き全粒粉と混ぜ合わせて、焼くと部屋中、シアワセなアロマ空間に…。

子どもと一緒に、もしくは自分ひとり時間でこねたり、焼いたりすることで童心に戻れるひと時も味わってみては？きっと、リフレッシュできるかも…。

### 材料

#### A

石臼挽き有機全粒粉	…200g
メープルシュガー	…50g (代用可:素焚糖)
スパイシークッキーMIX	…10g
自然海塩	…小さじ1/4
重曹	…小さじ1

#### B

ココナッツオイル	…60g (事前に湯煎して溶かしておく)
オレンジジュース	…60g (代用可:絞りたてみかん、果肉入りでもOK)

### 作り方

- 1 Aをボウルに入れて泡だて器でよく混ぜ合わせる。
- 2 同様に、Bを別の小ボウルで混ぜ合わせておく。

- 3 BをAのボウルに移して、1つの生地にまとめる。ただし、強く長くこねる必要はなく、スピーディーにまとめるように！
- 4 生地を2等分して、ラップして冷蔵庫で30～45分ねかせる。
- 5 オーブンシートとラップの間に生地を挟み込み、めん棒で厚さ0, 3～0, 5mmに伸ばして型抜きする。
- 6 オーブンシートに重ならないように生地を並べて、予熱 170℃のオーブンで 10 分焼く。



#### アディナのワンポイント！

- \* 材料の計量において、「g」と「ml」の単位に注意してね！
- \* 今回は、いつもワタシが使用する[全粒粉](#)でレシピを作成しています。粉が異なると食感やまとまり方も変わります。そこはご理解くださいね。
- \* 生地自体は非常に扱いやすい。型抜きする際に、もし生地が扱いづらければ、生地を再度 15 分ほど冷ます必要がある。
- \* 生地の厚さにより、食感が異なる。薄ければパリッと食感に！両ヴァージョンで焼いて、お好みを見極めるのもアリ！

