

# 胡麻クッキー

## 【材料】（4個分）

* ケトンフォーミュラ	10 g
* 生クリーム	2 g
* 卵	2 g
* バター	2 g
* パルスweet	1 g
* 白ごま	0.5 g



## 【作り方】

- 1、材料を計量し、バターは冷蔵庫から出して軟らかくする。
- 2、すべての材料を混ぜ、ひとつにまとめたら平らに伸ばす。
- 3、3を型抜き、オーブントースターで4～5分焼く。  
(焦げやすいため、上にアルミホイルをかける)

## 【栄養価】 ※4個当たり

エネルギー量 103kcal

糖質 1 g

ケトン比 3.2 : 1

(使用する商品によっては栄養量が異なる場合があります)