

【献立名】

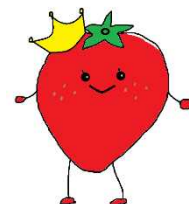
いちごとミルク de 春色杏仁

【料理名】

材 料	分 量 (14 人分)
「いちご寒天」	
寒天	1 本 (約 3g)
水	150cc
砂糖	40g
いちごピューレ	300cc
「ミルク寒天」	
寒天	1 本 (約 3g)
水	150cc
砂糖	40g
牛乳	300cc
アーモンドエッセンス	少量
「シロップ」	
水	400cc
砂糖	60g
ミント	
クコの実	

【作り方】

- 1 よく洗いしぼった寒天を、小さく手でちぎり、分量の水に約 30 分つける。
- 2 いちごはヘタを取り、ミキサーにかけ裏ごし、ピューレ状にする。
- 3 寒天を弱火にかけ、なめらかになったら砂糖を加える。
45℃までさまし、半量ずつ分け、いちごと牛乳をそれぞれ加える。
- 4 それぞれを濾し、2 色の寒天を作る。
- 5 いちごの 3 分の 1 量と、牛乳の 3 分の 1 量を合わせて、ピンク色を作る。
- 6 3 色それぞれバッドに流し入れ、冷蔵庫で冷やし固める。
- 7 砂糖と水を合せて加熱し、シロップを作る。
- 8 ひし形に切った 3 色を盛り付け、シロップをかけ、ミント・クコの実を添える。



栄養価 (1 人分)

熱量 60kcal たんぱく質 0.9g 脂質 0.8g 炭水化物 12.6g 食塩相当量 0.02g

