

豆乳ゼリー ～ 食感は、まるでプリン ～



1人分 69kcal
塩分 0g

材料 (2人分)

豆乳 (無調整)	100cc
〔粉ゼラチン	2.5g
〔水	大さじ1 (15cc)
砂糖	大さじ1と1/2 (15g)
メープルシロップ	大さじ1/2 (10g)

作り方

- 1 粉ゼラチンは分量の水にふり入れてふやかしておく。
- 2 鍋に豆乳・砂糖を入れ、木ベラで混ぜながら火にかけ、周囲がプツプツになったら、ふやかしたゼラチンを加え、完全に溶かす。
- 3 ②の鍋底を氷水で冷やし、あら熱をとる。
- 4 水でぬらしたゼリー型に流し入れ、冷やし固める。
- 5 ④を型から抜き出して、器に盛りつけ、メープルシロップをかける。