

# デザート

## さつまいのプリン

### ●材料(4人分)

- ・さつまい 60g
- ・ラム酒 …… 小さじ1
- ・上白糖 …… 大さじ3
- ・生クリーム… 1/5カップ
- ・牛乳 …… 160cc
- ・上白糖 …… 大さじ2
- ・粉寒天 …… 2g
- ・熱湯 …… 1/3カップ
- ・粉ゼラチン… 3g

### ●作り方

- ① さつまいは皮をむき、蒸すか、さつまいを適宜に切り、さっと濡らしてレンジに3分かき、そのまま5分蒸らす。
- ② 粉寒天と粉ゼラチンは水大さじ2で戻しておく。
  - ①とAをミキサーにかけて鍋に移し、②の寒天を加え混ぜながら加熱し煮立てる。火を止め、ゼラチンとラム酒を加え混ぜ、とろみが出るまで冷ます。
  - ③生クリームを②に加えて混ぜ、濡らした容器に入れて冷やし固める。
  - ④フライパンに上白糖大さじ2と水大さじ1/2を入れてカラメル色にして熱湯を大さじ4加えて少し煮詰め、③に等分にかける。



## わらび餅

### ●材料(4人分)

- A [ 豆乳 …… 70g
- ・牛乳 …… 40g
- ・上白糖 …… 大さじ1
- ・粉寒天 …… 1g
- ・粉ゼラチン… 1g
- B [ 上白糖 大さじ1/2
- ・塩 …… 少々
- ・黄粉 …… 小さじ1
- C [ 黒砂糖粉末 小さじ2
- ・熱湯 …… 小さじ1

### ●作り方

- ① Aを鍋に入れて火をつける。水で戻した寒天を加えて混ぜながら煮立て、沸騰したら火を止め、水で戻したゼラチンを加えて混ぜる。
- ② 濡らした流し箱に注ぎ冷やし固める。
- ③ BとCはそれぞれよく混ぜておく。
- ④ ①が固まったら2cm角に切り、器に盛り③をかける。



## みかんとはちみつゼリー

### ●材料(1個分)

- ・みかん …… 1/2個
- ・粉ゼラチン …… 小さじ1/2
- ・水 100cc
- ・粉寒天 小さじ1/4
- ・グラニュー糖… 大さじ1/2
- ・水 …… 大さじ1
- ・はちみつ …… 大さじ1/2

### ●作り方

- ① みかんは横に半分に切り、汁を絞ります。
- ② ゼラチンは水で戻しておく。
- ③ 鍋に水と寒天を入れて火にかけ、混ぜながら寒天をとかし、煮立て、グラニュー糖、はちみつを加えて火を止めて、戻したゼラチンを入れて全体を混ぜ粗熱をとる。
- ④ 濡らした器に入れ、冷やし固めて好みのフルーツを添える。



## りんごのコンポート

### ●材料(1個分)

- ・りんご …… 1個
- ・水 …… 125ml
- ・レモン汁… 5ml
- ・ミント …… 適量
- ・上白糖 大さじ4強

### ●作り方

- ① りんごは皮をむき、芯を除いてくし型に切る。
- ② 鍋にりんごの皮をしき、りんごを並べる。
- ③ ②に上白糖、レモン汁と水を入れ、ふたをして火にかけ煮立ったら弱火でやわらかくなるまで煮る。
- ④ 冷やして器に盛る。



## オクラ豆腐白玉あんかけ

### ●材料(5~6人分)

- ・オクラの粉 …… 大さじ2
- ・水 …… 大さじ3
- ・上新粉 …… 100g
- ・ゆであずき …… 180~200g
- A [ 白玉粉 …… 100g
- ・生クリーム …… 適量
- ・上白糖 …… 大さじ2~3
- ・絹ごし豆腐 …… 100g

### ●作り方

- ① Aをボウルに入れてよく混ぜ、耳たぶの固さにする。
- ② 小さめの一口大に丸め、熱湯に入れて浮いてきたら水にとる。
- ③ ②を水切りして器に入れてゆであずきをかける。お好みで生クリームを添える。

### POINT

★白玉粉だけで作るとすべりがよすぎるので、オクラの粉や上新粉、豆腐をプラスして食べやすくしています。

