

GC びん牛乳でつくるおすすめレシピ

委員会名 大南・豊肥地区運営委員会

(スイーツ)

★料理名

フルーツ入り牛乳寒天

★おすすめコメント

簡単に作れるおやつです！

◆材料(4人分、100 cc×4)

産直びん牛乳 200cc

水 50 cc

粉末寒天 2 g

きび砂糖 15 g

いなば国産フルーツミックス 50 g

(フルーツミックス シロップ) 50 cc

◆作り方

- ① 鍋に水50ccと粉寒天を入れ混ぜて火をつけ中火で沸騰した後、3～4分かき混ぜる
- ② ①の中にフルーツ缶のシロップ50ccときび砂糖を入れて砂糖を溶かす
- ③ ②の中に牛乳をいれゆっくり混ぜる
- ④ フルーツを切って4人分にわけ、容器に入れる。あら熱がとれたら冷蔵庫で冷やす。

◆作り方・ポイント

牛乳を室温にもどしておく。