

GCびん牛乳でつくるおすすめレシピ (スイーツ)

★料理名：米粉のミルクプリン

★おすすめコメント

簡単なのに、とてもなめらかな口当たりのミルクプリンに仕上がります。

グリーンコープのびん牛乳の美味しさをあじわえます♪

グリーンコープの色々なジャムやつぶあん、冷凍フルーツ、
メープルシロップなどでアレンジ無限大♪



◆材料(カップ 4～5 個分)

GCびん牛乳 (ノンホモ) 400g

奄美きびさとう 20g

米粉 3g

片栗粉 6g

粉末寒天 1g

ゲランドの塩 ひとつまみ

～仕上げアレンジ～

各種ジャム

つぶあん

冷凍フルーツ

メープルシロップ

◆作り方

1. 鍋に材料を全て入れ、泡立て器でよく混ぜる
2. 中火～強火で加熱しながら混ぜる
沸騰直前に(または、ポコポコと沸騰したらすぐに)弱火にする
3. ヘラに持ち替えて絶えず混ぜ、ふつふつとした状態をキープしながら2分以上加熱し、火を止める
4. カップや器に注ぎ、粗熱がとれたら冷蔵庫で2時間以上冷やし固める
5. お好みで、食べる前にジャムやつぶあん、冷凍フルーツやメープルシロップなどでアレンジしても♪

◆作り方・ポイント

- ・火をつける前の状態で、しっかり混ぜる(ダマになるのを防ぐ)
- ・牛乳は、沸騰させない方がよい(分離や焦げの原因になり、風味もとぶ)
- ・ただし、ふつふつ程度で弱火にすると固まらない場合がある
- ・弱火で2分以上加熱する事が大切(材料の溶け残りを防ぎ、固まりを安定させる)