

10月16日

テーマ おままごと感覚で作る♪簡単安心おやつ

①献立 ふんわりフレンチトースト

②献立 キラキラ★フルーツ寒天

フルーツたっぷり〜❤️ 甘さひかえめ、フルーツの味です

■ 材料	■ 直径18cm位の型
粉寒天	4g (小さじ2)
水	300cc
フルーツ	400g (キウイ、ミカン、桃等)
缶詰のシロップ	100cc



■ 作り方 ■

- 1.鍋に水、粉寒天を入れて火にかけ、かき混ぜながら煮溶かす。
- 2.2分くらい沸騰させる。
- 3.火からおろし、人肌に温めた缶詰のシロップ、フルーツを加え混ぜる
- 4.水でぬらした型に流し入れ、冷やし固める。
- 5.取り出して好きな形に切り、お皿に盛り付ける。