



## りんごと杏仁豆腐風寒天ゼリー



### 材料（小鉢4つぶん）

#### <寒天ゼリー>

- アーモンドミルク・・・1と1/4カップ
- 水・・・・・・・・・・1カップ
- きび砂糖・・・・・・・・大さじ2
- 寒天・・・・・・・・・・小さじ1

#### <りんごシロップ>

- りんご・・・・・・・・・・1個
- 水・・・・・・・・・・適量
- レモン果汁・・・・・・・・大さじ1弱
- きび砂糖・・・・・・・・大さじ3

### 作り方

1. 寒天ゼリーを作る。鍋に水と寒天を加えてよく混ぜ、火にかける。混ぜながら沸騰させ1分程度煮る。
2. 砂糖を加えて煮溶かし、火を止めてアーモンドミルクを加えてよく混ぜ合わせ、バットなどに流し入れて冷蔵庫で冷やし固める。（図1）
3. りんごシロップを作る。りんごの皮をむき、一口大にカットする。
4. カットしたりんごを小鍋に入れ、ひたひたの水・きび砂糖・レモン果汁を加え中火にかける。沸騰したら弱めの中火におとし、時々かき混ぜながらりんごが透き通ったら火を止める。荒熱がとれたら冷蔵庫で冷やす。（図2）
5. 固まった寒天ゼリーを一口大に切り、りんごシロップと合わせて器に盛りつける。（図3）

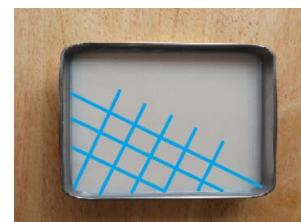
（図1）



（図2） りんごをコトコト♪



（図3）



整腸作用のあるりんごを使ったおやつです。

りんごのやわらかさはお好みで調整してください。アーモンドミルクを牛乳に変えてもおいしく作れますよ！