

料理名（牛乳かん ブルーベリーソース）



食品名	材料4人分
水	180ml
粉寒天	5g
上白糖	大さじ4
牛乳	220ml
ブルーベリーソース	60g

（作り方）

- ① 粉寒天を水に入れ、液が透き通るまで良く煮溶かす。
- ② 粉寒天が溶けたら、砂糖を2回に分け入れ、砂糖が溶けるまでさらによく煮る。
- ③ 牛乳を少しずつ加え火を止め、よく混ぜてから器に静かに注ぐ。
- ④ 冷蔵庫で冷やし、ブルーベリーソースをかける。

☆料理についてのコメント

粉寒天は、分量の水でふやかしておく、溶けやすいです。煮なくて溶ける寒天を使うと簡単にできます。牛乳は少しずつ加えた方がだまになりにくいです。ブルーベリーソースの代わりに好みのジャムなどをかけてもおいしく召し上がれます。

