

# ミルクプリン



材料 100 ccのプリンカップ 5 個分

牛乳・・・・・・・・500 cc

砂糖・・・・・・・・50g (ゼリーにする液体の約 1 割程度)

〔粉ゼラチン・・・・・・・・2 パック (10g)

ゼラチンをふやかす水・・大さじ 4 杯

---

## 手順

1. ゼラチンをふやかす用の水に、粉ゼラチンに振り入れ、しっかりとふやかしておく
2. 鍋に牛乳を入れ、熱めのお風呂くらいまで温め、砂糖を加えて溶かす
3. ②にふやかしたゼラチンを加えて溶かし、プリンカップに注ぎ分ける
4. 冷蔵庫で、冷やし固める

※牛乳が苦手な子どもにも、比較的食べてもらえるおやつです

♪乳製品にアレルギーがある場合

同ホームページ上のレシピ『豆乳ゼリー』を参考にしてください