

さつまいもプリン



材料 90cc のプリンカップ 5 個分

さつまいも 150g

豆乳 250cc

砂糖 25g

ゼラチン 10g

ふやかす水 50cc

カラメルソース

砂糖 大さじ 2 杯

水 大さじ 1 杯

差し水 (湯) 大さじ 1.5 杯

手順

1. さつまいもの皮をむき、一口大の大きさに切って蒸かす
※鍋で湯掻いたり、電子レンジで加熱しても良い
2. いもをつぶして、砂糖と豆乳を加え、なめらかになるまで混ぜる
※ポテトマッシャーやハンドブレードを使うと、簡単にできる
3. ゼラチンは 50cc の水にふりいれ、しっかりとふやかしておき、湯煎で溶かす
4. ②と③を混ぜ、プリンカップに 5 等分注ぎ分ける
5. 冷蔵庫で冷やし固める
6. カラメルソースを作り、プリンにかける

① 砂糖と水を鍋に入れ、軽くゆすりながら加熱する (濃いめのあめ色になるまで)

② 火を消し、差し水を一気に入れ、混ぜる