

苺の豆乳寒天ババロア風



【材料】 耐熱容器 約8個分

苺	1パック
レモン汁	大さじ1
豆乳	400cc
生クリーム	100cc
粉寒天	8g
砂糖	大さじ2
	※お好みで量を調節。
苺ジャム（市販品）	適量

【下準備】

- ① 苺は洗ってへたをとり、フォークでつぶしておく。（ミキサーを使ってもよい）
- ② ①の苺にレモン汁を加え、軽くまぜておく。

【作り方】

1. 鍋に豆乳、生クリーム、粉寒天、砂糖を入れ、かき混ぜながら中火で1、2分煮立たせる。
2. 1の火をとめ、②の苺を入れて、軽くかきまぜて粗熱を取る。
3. 容器に入れて、冷蔵庫で冷やす。
4. 固まったら、苺ジャムをお好みの量載せてできあがり。



チン！するだけ 手作り苺ジャム

苺ジャムを自分で作りたい場合は……。

- 1) 苺、砂糖（いちごの1/4量）、レモン汁を耐熱容器にいれ、電子レンジ（600w）でラップをかけずに3分加熱する。
 - 2) 苺をつぶして、再度1分半加熱する。
 - 3) 軽く混ぜて、再度2分加熱して、できあがり。
- ※固めにしたいときは、加熱時間を長くするとよいでしょう。



生の苺を飾ったり、
ジャムと苺を組み合わせたりして、いろいろな味を楽しんでみてはいかがでしょうか？