

くらしの炎

vol.182

- 炎でかんたんクッキング
- レシピ「きな粉プリン」
- 特集 ▶安心・快適にガスをご利用いただくために
- 企業さま紹介 ▶株式会社イズミテクノ
- 読者プレゼント
- 仙台菓子処 味佳嵯「味佳嵯のゆべし 詰め合わせ」



材料(100ccカップ4コ分) 約240kcal(1コ分)

調理時間*
約 15 分
※冷やす時間は除く

水 100cc
牛乳 160cc
粉末寒天 小さじ1
白練りごま 24g
砂糖 40g
きな粉 20g
生クリーム 40cc

黒みつ

黒糖 100g
水 100cc
はちみつ 大さじ1
塩 少々
生クリーム 50cc
砂糖 5g
甘納豆 適量
ミント 適量

<黒みつ>

● 黒糖 100g

● 水 100cc

● はちみつ 大さじ1

● 塩 少々

● 生クリーム 50cc

● 砂糖 5g

● 甘納豆 適量

● ミント 適量

きな粉プリン

風味豊かなきな粉とごまの和風プリンは、黒みつと相性抜群♪のどごしがよく、なめらかな食感。混ぜて、冷やすだけなので簡単に作れます。

そのまま食べても、華やかにフルーツを添えて楽しめる1品です。

作り方

1 鍋に水、牛乳を入れ粉末寒天を全体に振り入れ混ぜる。火にかけ、沸騰したら弱火で2分煮る。(タイマー機能使用)

2 湯せんをあてたボウルに白練りごまを入れ、1を加えながら泡立て器で混ぜる。砂糖、ふるったきな粉も入れ、混ぜる。

💡 白練りごまが底に沈みやすいため、全体が均一になるよう、底からしっかり混ぜましょう。

3 ボウルを湯せんから外し、生クリームを入れ、さらに混ぜる。

4 型に流し入れ、固まるまで冷蔵庫で30分~1時間ほど冷やす。

💡 注ぎ口のあるボウルや容器で型に流し入れると、上手に入ります。

5 鍋に(黒みつ)の材料を入れ、沸騰したら弱火で3分煮る。(タイマー機能使用)

水をはったボウルに鍋底をあてて粗熱を取り、冷蔵庫で冷やす。

6 ボウルに生クリーム、砂糖を入れ、泡立て器でソソが立つまで泡立てる。

💡 クリームの温度が上がらないよう、氷水をあて冷やしながら泡立てましょう。

7 器に4を盛り付け、6の生クリーム、甘納豆、ミントを飾り、5の黒みつをかけていただく。

💡 余った黒みつは、バニラアイスクリームやホットケーキにかけても美味しいだけます。

