

# ももゼリー



神辺町産  
「もも」使用

栄養価(1人分あたり)	
エネルギー	39kcal
たんぱく質	0.2g
脂 質	0g
食塩相当量	0g



## 材料(4人分)

- もも・・・・・・・・・・100g
- 水・・・・・・200~300ml (好みのかたさに調節)
- グラニュー糖・・・・・・・・30g
- 粉寒天・・・・・・・・・・2g
- レモン汁・・・・・・・・・・少々
- ミントの葉(飾り用)

暑い夏にピッタリの  
スイーツだよ!



## 作り方

- ① ももは皮をむき、1~1.5cmの角切りにしてレモン汁をかけておく。
- ② 鍋に①と水、グラニュー糖を入れて火にかけ、一煮立ちさせる。  
(煮すぎないようにする)
- ③ ②をこし器でこして、ももと汁に分ける。(汁が200~300ml程度に足りない場合は、水を加えて調節する)
- ④ 鍋に③の汁と粉寒天を加えて混ぜ、弱火で沸騰させて2分程度煮て粉寒天を溶かし、火からおろして粗熱をとる。
- ⑤ 器に③のももを入れ、④を注いで冷蔵庫に入れて冷やしかなめる。
- ⑥ かたまったらミントを飾りつける。