

焼きリンゴのカスタードクリーム添え

材料（4人分）

1人分/139kcal、たんぱく質 2.9g、脂質 7.0g、食塩相当量 0.2g

りんご…1個

シナモン…適量

バター…20g

〈カスタードクリーム/出来上がり量220g〉

卵…1個

牛乳…150g

砂糖…大さじ2

コーンスターチ…10g

作り方

1. りんごは厚めのスライスに切り、フライパンにバターを熱し、焼き目がつくまで焼く。
2. 卵をよく溶き、鍋に入れ、砂糖、牛乳、コーンスターチを加えよく混ぜる。よくまざったら火にかけるとろみがつくまで混ぜる。
3. 器に1を盛り、2をかけシナモンをふる。