

ほうじちゃプリン

【1個分栄養量】

エネルギー227kcal、たんぱく質5.5g、脂質15.3g、カルシウム161mg、食塩相当量 0.1g

【材料：4人分】

粉ゼラチン	6g	〈飾り用〉	
水	大さじ2	生クリーム	50ml
牛乳	400g	黒砂糖	適量
黒砂糖	50g		
ほうじ茶	15g		
生クリーム	50ml		

【作り方】

1. ゼラチンは水をふり入れて混ぜ、ふやかしておく。
2. 鍋に牛乳を入れて中火にかけ煮立ってきたらほうじ茶を加え、弱火にし、1分煮出し、黒砂糖を加えて火を止めてふたをし2分蒸らす。
3. 2をまぜて黒砂糖を溶かし、茶こしでこしながらボウルに移す。1のゼラチンを加えて溶かし、生クリームを加える。
4. 3のボウルを氷水で冷やし、少しトロリとしてきたら器に流して冷蔵庫で冷やし固める。
5. 飾りの生クリームは、氷水で冷やしながらか5分立てにし、上にかけて黒砂糖をふる。