

にんじんゼリー



毎日とりたい緑黄色野菜。中でもにんじんはビタミン A やビタミン C を多く含み、栄養たっぷり。
オレンジキュラソーを使うことによってにんじん独特の香りをやわらげ、にんじん嫌いの子どもにもおすすめです。
目にも美しいきれいな色で、とっても食べやすくおいしいですよ。

材料（ゼリー型 7 個分）		作り方
にんじん	160g	① にんじんは薄切りにして、アクを取りながら柔らかくなるまでゆでる。 ② ゆで汁とにんじんを冷ましておく。 ③ ②のゆで汁 300cc と汁気を切ったにんじん・レモン汁・オレンジキュラソーと一緒にミキサーにかける。 ④ 鍋に水と粉寒天を入れてよく溶かしておく。火にかけ、木じゃくしで混ぜながら沸騰させる。沸騰後、2～3 分煮詰め、砂糖を加えて煮溶かす。 ⑤ ④の寒天液に③を加えて混ぜ合わせ、型に入れて冷やし固める。
ゆで汁	300cc	
レモン汁	20cc	
オレンジキュラソー	小さじ 1	
粉寒天	4g	
水	300cc	
砂糖	60g	
※かわいく型抜きしても楽しいですよ		