

すくすく人気レシピ紹介

H25年4月

今月はプリンをご紹介します。子ども達にも先生たちにも人気のあるおやつですのでご家庭でもぜひ試してみてくださいね。

プリン (15cm丸型1台)

<カラメルソース>

☆砂糖 … 50g
☆水 … 大さじ1
☆熱湯 … 大さじ1

<卵液>

全卵 … 4個
牛乳 … 500cc
砂糖 … 100g
バニラエッセンス … 適量



<カラメルソース>

- ①小鍋に砂糖と水を入れて強火にかける。かき混ぜずに様子を見ながら鍋を回し、お好みのカラメル色になったら火から下ろして熱湯を加える。※はねるので注意
- ②カラメルを型に流し込しておく。

<プリン液>

- ①卵を泡立てないように溶きほぐし、砂糖を加えて混ぜる。
- ②レンジで温めた牛乳を少しずつ加えて混ぜ、バニラエッセンスも加える。
- ③2のプリン液を濾しながらカラメルソースをしいた型に流し込む。
- ④湯を張った天板に3の型を乗せ、160℃で20分150℃に下げて20分蒸し焼きにする。(焼き時間や温度はオーブンの火力によって調節してください)
- ⑤焼きあがったら粗熱を取り、冷蔵庫で冷やして完成。