

夏のおすすめ

メニュー

## 梅ジュースのカップゼリー

1人分 32 kcal

材 料 5cmのカップ 7個分



砂糖のみで漬けた梅	7個
梅ジュース	200 g
水	450 cc
ゼラチン	5 g

### 【カップゼリーの作り方】

- ①梅ジュースと水を鍋に入れ、80℃くらいまで温めたら、ゼラチンを入れ、溶けたら火から降ろし粗熱をとる。
- ②梅はカップに入れておく。
- ③①を②のカップに流し入れて、冷凍庫で15分くらい固めた後、冷蔵庫に1時間くらい入れる。

### 【梅ジュースの作り方】 材料：青梅1kg、砂糖800g

- ①梅は洗い、へたを爪楊枝で取る。梅の水分をふき取る。
- ②ビンのカビを防ぐ為に、アルコールで中を洗う。(アルコールの種類何でも可)
- ③②のビンに、梅、砂糖を交互にビンの中へ入れていき、一番上は砂糖がかぶるようにする。
- ④ふたを閉め、冷暗所で保管。10~15日ほどで完成。