デザート・ドリンク

オレンジゼリー

［1人分］エネルギー：17kcal　塩分：0g　たんぱく質：1.3g　脂質：0g　食物繊維：0g

材料［8人分］

- 粉ゼラチン：10g
- 水：大さじ4
- (砂糖：50g)
- みかん果汁：250cc(300cc)
- 水：150cc
  (果汁が300ccの時は100cc)

作り方

1
粉ゼラチンに水を加えてしとらせておきます。

2
鍋に水150ccを煮立て(砂糖を溶かし)、火を止め、"1"を加えてよく混ぜて溶かします。

3
"2"にみかん果汁を加え、混ぜたら器に注ぎ、冷やし固めます

［ワンポイントアドバイス］
みかんの甘さが足りない時は、砂糖を加えます。後から少量のはちみつをかけてもよいです。
水とみかん果汁を合わせて400ccにします。
切り分けなくてよい場合は、好みでもっと軟らかくするために水分を50cc増やしてよいです。