



チョコプリン



【材 料】4 個分

粉寒天・・・1.4 g
水・・・40 cc
牛乳・・・220cc
ピュアココア・・・小さじ 1 弱
砂糖・・・大さじ 2 弱
ゼリーカップ 90cc・・・4 個



Point

お子さんが大好きなチョコプリンが
レンジで簡単にできます。



【作り方】 所要時間:1 時間10 分

- ① 耐熱容器に牛乳を入れ 600W のレンジで 1 分 30 秒加熱しておく。
加熱した少量の牛乳でココアを溶かしておく。
- ② 耐熱容器に分量の水と粉寒天を入れ混ぜる。
500W のレンジで 1 分加熱する。
- ③ ②に砂糖を加え 500W のレンジで 20 秒加熱する。
- ④ ③に溶かしておいたココアと温めた牛乳を加え混ぜて
600W のレンジで 1 分加熱する。
カップにつぎ分け固め、1 時間くらい冷蔵庫で冷やす。

