

# 牛乳かん



## 材 料(4人分)

- ・牛乳・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 300cc
- ・水・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 300cc
- ・粉寒天・・・・・・・・・・・・・・・・ 4g
- ・砂糖・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 60g
- ・フルーツ缶・・・・・・・・・・・・・・ 適量

## 作り方

- ①フルーツ缶は缶汁をきり、小さめに切って型にならべる。
- ②水を入れた鍋に粉寒天をふり入れ、よくかき混ぜておく。
- ③火にかけ、かき混ぜながら沸騰させ、さらに2分ほど煮る。
- ④砂糖を加え煮溶かす。
- ⑤火を止めて、人肌に温めた牛乳を加え、混ぜ合わす。
- ⑥型に入れ、冷やし固める。

レシピ提供 防府市生活改善実行グループ連絡協議会 サンサングループ