

雛祭りメニュー



【メニュー】

海鮮ちらし寿司
あんかけ茶わん蒸
菜の花のお浸し
清汁
パンナコッタ
(白桃.クラッシュゼリー)



白桃香るパンナコッタの材料

1人分			
牛乳	50	桃缶シロップ	10
生クリーム	10	水	10
砂糖	5	ゼラチン	0.5
バニラエッセンス	適量	白桃缶	25
ゼラチン	1	ミント	適量

パンナコッタの

◇***作り方***◇

- 1、牛乳を人肌位に温め砂糖を溶かしゼラチンを入れる。
- 2、粗熱がとれたら泡立てておいた生クリームとバニラエッセンスを入れ容器に流し込み1時間程冷やす。
- 3、桃缶のシロップと水でゼリーを作り固めた後、クラッシュさせる。
- 4、①で作ったパンナコッタにクラッシュゼリーと桃缶を飾って完成！

◇*** 1人あたりの栄養価***◇

131カロリー
タンパク質 3.3g
脂質 5.8g

