

節分メニュー



【節分メニュー】

手巻き寿司
天婦羅
大豆としらすの和え物
けんちん汁
いちごの豆乳ムース



いちごの豆乳ムース 材料4人分
冷凍いちご 140g (生でもOK!!)
豆乳 80cc
レモン汁 8g
マビ-甘味料 28g
生クリーム 28g
ゼラチン 4g
水 28cc

トッピング用
生クリーム 8g
マビ-甘味料 2g

いちごの豆乳ムース作り方

- ①水にゼラチンを入れふやかす
- ②冷凍いちごを解凍しミキサーにかけ裏ごしする
- ③温めた豆乳にゼラチン、マビ-甘味料を入れる
- ④泡立てた生クリームに②③を入れ器に盛る
- ⑤冷蔵庫で冷やし固まったらトッピングを乗せ完成

ポイントとして冷凍いちごを裏ごすことで
種が無くなり口当たりがなめらかになります。

エネルギー 80Kcal
蛋白質 2.1g
脂質 3.9g
塩分 0g

