

KIDS センター Cafe

NO. 84
2023.8

ジュースで

ゼリーづくり

暑い日々に、冷たい
おやつを作って、食べて
楽しもう♪

材料

- ・お好みのジュース (果汁100%がおすすめ) 300cc
 - ・ゼラチン 5g
 - ・水 大さじ3
- * 大人用には 砂糖を大さじ1程度
加えると甘味がUPしていいですよ!

1. ボウルにジュースを入れる。
2. 耐熱の容器に水を入れ、そこにゼラチンを加えてふやかす。電子レンジで20秒温める。

3. 1のボウルによく溶かした2を入れてよく混ぜる。

4. 型に流し入れてラップをかけ、冷蔵庫で約2時間冷やし固める。型がなくても、コップやガラスの器に入れてもOK!

お手伝い
point



※ 型にゼリー液を入れる時に、お好みのフルーツを入れて固めてもいいですよ!



生のフルーツを入れるとゼリーが固まらなくなってしまうので、缶詰のフルーツを使いましょう。

※ アレルギーをお持ちの方はご注意ください。