

キャロットゼリー



調理時間：15分（冷やし固める時間は除く）

分量：90ml容器×3個

材料

- 人参 70g
- 100%パインジュース 200ml
- アガー 3g
- 砂糖 大さじ1

作り方

1. 人参は皮をむき薄くスライスする。耐熱容器に入れ、水大さじ1（分量外）を加え、ラップをし、電子レンジ600W・2分加熱する。
2. ミキサーやブレンダーに1とパインジュースを半分入れ、なめらかになるまで攪拌する。残りのパインジュースを加えて攪拌する。
3. 手鍋にアガーと砂糖を入れ、合わせ混ぜる。2を加えて鍋底からよく混ぜる。
4. 中火にかけ、混ぜながら加熱する。沸騰直前、小さな泡が出だしたら火を止める。
5. 器に注ぎ、冷蔵庫で冷やす。

ワンポイントアドバイス

- ・アガーは、海藻やマメ科の種子の抽出物から作られた凝固剤です。90℃以上の熱湯で溶かして使用します。
- ・アガーはダマになりやすい性質があり、ダマになると加熱してもうまく溶けないことがあるので、あらかじめ砂糖と混ぜておきましょう。
- ・フレッシュのフルーツやジュースでは固まらないことがあります。