

# いちごの豆乳ババロア おすすめレシピ



材料(2人前) 🔥90kcal 🕒30分

粉ゼラチン	小さじ1
水	大さじ1
無調整豆乳	180ml
三温糖	大さじ1
いちご	12粒

※エネルギーは1人前の値です。

- 1 水に粉ゼラチンをふり入れ、ふやかしておく。いちごはへたを取り、10粒はフードプロセッサーで粗くピューレ状にし、残りは半分に切っておく。
- 2 豆乳と三温糖を鍋に入れて中火にかけ、沸騰させないように温める。沸いてきたらふやかしておいた粉ゼラチンを入れ、よく混ぜて溶かす。
- 3 ゼラチンが溶けたら鍋底を氷水にあてて粗熱をとり、いちごのピューレを入れて混ぜる。ぬらしておいた型に流し入れ、冷蔵庫で冷やし固める。
- 4 3が固まったら器に盛り、残りのいちごとミントを飾る。