



みかん レモン 蜜柑かん と 檸檬かん



MEMO

寒天は酸で固まりづらい性質を持っているので、液体全部を最初から入れて煮てしまうと固まりません。



蜜柑かん

材料	
みかんジュース	400g
はちみつ	40g
棒寒天	4g

作り方

- 1、棒寒天は水(分量外)で戻しておく
- 2、みかんジュース半分と、①を鍋に入れ、①が完全にとけるまで煮とかす
- 3、火からおろし、残りのみかんジュースとはちみつを入れて、よく混ぜる
- 4、型に流し、粗熱がとれたら冷蔵庫へ……



檸檬かん

材料	
レモン果汁	100g
水	70g
りんごジュース	230g
はちみつ	130g
棒寒天	6g

作り方

- 1、寒天は水(分量外)で戻しておく
- 2、りんごジュースと水、①を鍋に入れ、①が完全にとけるまで煮とかす
- 3、火からおろし、レモン果汁とはちみつを入れて、よく混ぜる
- 4、型に流し、粗熱がとれたら冷蔵庫へ……

暑くて食欲が出ない時にも
ぴったりなスイーツです



パティシエ
上野 悦子

レモンシャーベット

暑い時期に
ぴったり!



材料

レモン果汁	100g
りんごジュース	150g
水	150g
棒寒天	3g
砂糖	110g

作り方

- 1、棒寒天を水(分量外)で戻しておく。
- 2、①と水を鍋に入れ、寒天を煮溶かす。
- 3、その他材料を鍋に入れ、一度沸かす。
- 4、③をステンレスのボールかバットに入れ、氷水で冷やす。
- 5、④を冷凍庫に入れ、30～1時間位おき、3～5回位ホイッパーでかき混ぜる。
- 6、ねっとりしてきたら出来上がり。

MEMO

アイスティーに浮かべたり、ビールに入れても美味ですよ。

人参とみかんのゼリー



材料 (約8個分)

自然栽培人参ジュース	450個
メープルシロップ	50cc
粉寒天	2g
葛粉	5g
みかんの果肉 (中に入れる分)	適量

(ナッツはお好みでクルミ・カシューナッツ・ヘーゼルナッツなどを入れてください)

準備

ゼリーを入れる器にあらかじめ皮を向いたみかんの果肉を入れておく。

作り方

- 1：鍋に人参ジュースとメープルシロップを入れる。
- 2：小さいボールに粉寒天と葛粉を入れて①の液体を少し入れて粉をなじませて、たまが残らないようにする。
- 3：溶かし終わったら②を鍋に戻し中火にかける。
焦げ付かないようにへらで常にかき混ぜ沸騰してきたら火から下ろす。
- 4：注ぎ口の付いている容器に入れて準備しておいた器に適量注ぐ。
- 5：バットなどに並べて冷水中で冷やし、熱がとれたら冷蔵庫で30分位冷やして完成です。