

いちごとヨーグルトのゼリー



材料（4人分）所要時間 80分

いちご	5 個
粉ゼラチン	70 g
水	900 cc
砂糖	320 g
無糖ヨーグルト	1000 cc
生クリーム	200 cc

作り方

粉ゼラチンを水でふやかし、砂糖を入れ、火にかけてゼラチンを溶かす。
生クリームを泡だて、無糖のヨーグルトと混ぜる。
と を混ぜて冷ます。

前もって型に乱切りにしたいちごを2~3段敷き詰め、混ぜあわせて冷ましたものを流し込み冷蔵庫で冷す。

冷えたものを好みの大きさに切り器に盛りつける。

ワンポイント

冷蔵庫で冷すと1時間くらいで固まる。

切り口が石垣のように見えるように切ると食感をそそる。

食材について

一般的に果物として食べていますが、実は、植物学に基づいて考えると、いちごは野菜です。老若男女を問わず人気の高いいちごは、ジャムやケーキなど加工用として用いられます。

形がよく、色が濃くてつやがあり、ヘタがピンとしているものを選びましょう。ヘタを付けたまま洗うのが美味しさ・栄養価を保つ秘訣です。

平成18年に「愛」あるブランドに認定された「あまおとめ」は、愛媛県のオリジナル品種です。大玉で糖度が高いのが特徴！ぜひ、お楽しみください。

