

給食レシピ（おやつ）

手作りプリン



材料（5人分）

・たまご 90g ・牛乳 300g

・上白糖 大さじ5

〈カラメルソース〉

・上白糖 大さじ5 ・水 大さじ1、5

・分量外で少し熱湯を用意

作り方

- ① カラメルソースを作る。
- ② 牛乳と砂糖を鍋に入れて火にかけ砂糖を溶かす。
- ③ たまごを溶いて温めた牛乳を加える。裏ごしする。
- ④ バニラエッセンスを加える。
- ⑤ 耐熱カップにカラメルソースを入れたまご液を入れる。
- ⑥ 蒸し器で中に火が通るまで蒸す。
強火でやると表面がブツブツしてしまうので注意。

カラメルソースを作る際は、分量外の熱湯を入れるときはソースが跳ねるので注意しましょう！

卵液はよく裏ごしするとなめらかなプリンに仕上がります

☆

チョコビスコッティ



材料（5人分）

・小麦粉 大さじ7

・ココアパウダー 大さじ1、5

・サラダ油 大さじ1

・上白糖 大さじ5

・ミルクチョコレート 25g

・強力粉 大さじ7

・B. P 小さじ1

・牛乳 4g

・たまご 1個

作り方

- ① 油、砂糖を混ぜ、溶き卵を加えてよく混ぜる。
- ② 牛乳を加え、粉類をふるい入れ、さっくり混ぜる。
- ③ チョコチップを加え、粉っぽさがなくなるまで混ぜる。
- ④ 打ち粉をして、7～8mmくらいに伸ばす。
オーブン 170℃で20分焼く。
- ⑤ 熱いうちに1cm幅に切り、切り口を上にして150℃で5分焼く。

ビスコッティの美味しい食べ方！

ビスコッティは硬いお菓子なので何かに浸して食べるのがおすすめです☆

大人はコーヒーでお子さんはアイスクリームやジェラートをつけて食べてみてほしいですね！