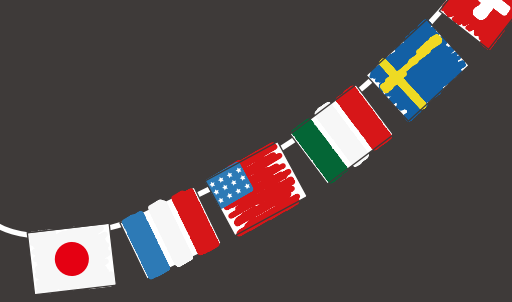




時短料理研究家
若菜まりえ監修

ーおうちで世界一周ー レンジで作る！ 家族が喜ぶ世界の旨ごはん



イギリス

とろとろ生カスタードプリン



材 料（2 人分）

牛乳 -A	100mL
砂糖 -A	大さじ 4（40g）
顆粒状ゼラチン	5g
生卵	1 個
牛乳	220mL

使用した容器：満水容量 200mL の耐熱容器。
（品番 PRC-20）

作 り 方

- 耐熱容器に A をいれて菜箸でよくかき混ぜ、砂糖を溶かす。（泡が出て問題ありません。）
- ふんわりラップをかぶせて 600w の電子レンジで 1 分半加熱する。
- ラップをはがし、2 に顆粒状ゼラチンを入れ、菜箸でよくかき混ぜ、完全に溶かす。
※ゼラチンが溶けきれない場合は、電子レンジで 30 秒～追加で加熱してゼラチンを完全に溶かしてください。
- ボウルに卵を割り入れ、菜箸でからざ（白い部分）を取り除く。
- 泡だて器で卵をよくかき混ぜる。
- 5 に冷たい牛乳 220mL 入れ、泡だて器でかき混ぜる。
- 6 に 3 を入れ、泡だて器でよくかき混ぜる。
- 容器に流し入れ、ラップをかぶせ冷蔵庫で 2 時間ほど冷やし固めてできあがり。

※冷蔵保存：1 日間以内