

りんごのキャラメルバター餅

《材料：4人分》

【1人あたり 82円 エネルギー 165kcal 塩分 0.1g】



切り餅……………1個(50g)
りんご……………1/2個(100g)
グラニュー糖……………大さじ2
すりごま(白)……………適量
バター……………大さじ1

《作り方》

- ① 切り餅は1cm角に切る。
- ② りんごは皮付きのまま4等分のくし形に切る。芯を除き、さらにそれぞれ4～5等分にする。
- ③ フライパンにバターを中火で熱し、溶けたら①②を入れ、グラニュー糖を加える。グラニュー糖がキャラメル状になったら、全体にからめながら焼く。
- 〈★ポイント〉キャラメルが焦げてきたら、火を弱めます。
- ④ 餅とりんごに焼き色がつき、キャラメルが全体にからんだら器に盛り、すりごまをふる。

りんごの酸味がキャラメルの甘さを引き立てます。出来立てあつあつをお楽しみ下さい。

りんごと紅茶のスコーン

《材料：6個分》

【1人あたり 63円 エネルギー 216kcal 塩分 0.3g】



ホットケーキミックス…200g
牛乳……………30ml
紅茶の葉……………5g
りんご……………1個(200g)
グラニュー糖……………10g
無塩バター……………50g

《作り方》

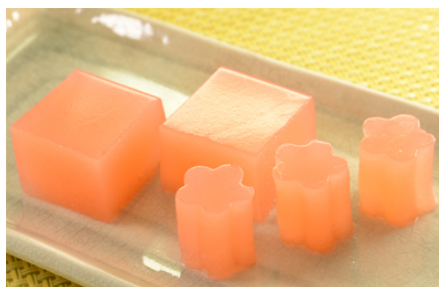
- 準備 オープンは170℃に予熱しておきます。天板にクッキングシートを敷いておく。
- ① りんごは芯を取り、皮がついたまま1cmの角切りにする。
 - ② 耐熱ボウルに①、グラニュー糖を入れ、ふんわりラップをかけて600Wの電子レンジで3分程しんなりするまで加熱する。
 - ③ ボウルに無塩バター、ホットケーキミックスを入れ、全体がなじむまで手でこすり合わせるように混ぜ合わせる。
 - ④ 牛乳を入れ、ゴムベラでよく混ぜ合わせる。
 - ⑤ 紅茶の葉、粗熱を取った②を汁ごとに入れ、よく混ぜ合わせる。
 - ⑥ 6等分に分けて丸く成形し、上から軽く押さえる。
 - ⑦ クッキングシートを敷いた天板に並べ、170℃のオーブンで25分程焼く。

ホットケーキミックスを使って簡単にできるスコーンです
ちょっと優雅なティータイムをお楽しみください

りんご羹

《材料：15人分》

【1人あたり 31円 エネルギー 57kcal 塩分 0g】



A
りんご(大)……………1個
グラニュー糖……………15g
レモン汁……………20ml

粉寒天……………1袋(4g)
水……………500ml
グラニュー糖……………100g
レモン汁……………大さじ1

《作り方》

- ① りんごは皮付きのまま八つ割りにする。両端としんの部分を除いて薄切りにする。
- ② 鍋に【A】を入れて混ぜ、透き通って、柔らかくなるまで煮る。熱いうちに裏ごしする。→柔らかく汁けがなくなるまで煮る。りんごの皮の赤みを生かすので、色の濃い紅玉を使う。
- ③ 鍋に粉寒天と水を加えて煮溶かす。煮立ったら火を弱め、1～2分煮る。グラニュー糖を加えて沸騰させ、10分程度煮詰める。
- ④ 2に3を注ぎ入れ、静かに混ぜ合わせる。レモン汁を加えてさらに混ぜる。
- 泡があるときれいに仕上がらないので、泡が立たないようにそっと加えて静かに混ぜる。粗熱をとる。
- ⑤ 流し函に泡が立たないように静かに流し入れる。冷蔵庫に入れ、冷やし固める。食べる時に食べる量を抜き型で抜くか、適当な大きさに切る。

あまーいい香りがするりんご羹
フルンとした食感でいくつでもいけちゃうおやつです