



デザートレシピ



豆腐白玉だんご

材料

1. 白玉粉 150 g
2. 絹ごし豆腐 160 g
3. 小豆缶詰 1 缶
4. きなこ・黒蜜・フルーツ 適量

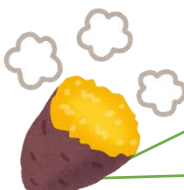
お豆腐で作ると時間がたっても白玉団子が固くならないです！



作り方

1. ボールに豆腐と白玉粉を入れ、耳たぶの硬さぐらいになるように水で調整しこねる
2. 丸く丸めて団子を作り真ん中を少しへこませる
3. 沸騰した鍋に入れて浮き上がって1分程度湯がいて冷水で冷やす
4. 器に豆腐白玉団子、あんこ、きなこ、フルーツ等好みのトッピングで盛り付ける

焼き芋モンブラン



市販の焼き芋を使うと火を使わずボールと泡だて器で作れます。焼き芋の香ばしさが癖になるおいしさです。

材料

1. 焼き芋 400 g
2. 生クリーム 300 g
3. 砂糖 20 g ~ 30 g
4. クッキー 5 枚
5. 飾り お菓子等



作り方

1. 焼き芋の皮をむいてボールに入れ、生クリーム 150g加えて好みの甘さになるよう砂糖を混ぜ合わせる・・・①
2. 残りの生クリームに砂糖 20gを入れてホイップする。(市販のホイップクリームでも OK)
3. クッキーの上にホイップクリームをこんもり乗せる。・・・③
4. ③の上に①の焼き芋クリームをかぶせてお菓子などで飾り付ける



ヨーグルトパフェ



材料

1. 水切りヨーグルト 200 g
2. 練乳もしくはカルピス原液 適量
3. コーンフレーク 適量
4. ミックスベリーなどの果物 適量
5. 好きなお菓子（ポッキー・クッキー等）

ヨーグルトを水切りするとクリームチーズのようになります。

乳清は、カルピスを入れてラッシーのような飲み物になるので無駄なく使いましょう

作り方

1. 無糖ヨーグルト 1 パックを一晩冷蔵庫で水切りする（ヨーグルト g）
2. ①に練乳もしくはカルピス原液を混ぜて好みの甘さに調整する②
3. パフェの器（ロングサイズのガラスコップ）にコーンフレークを入れ、練乳をかける
4. ②を盛りつけミックスベリー、好きな果物、好きなお菓子をトッピングする。



パンプキンパイ



材料

1. 冷凍カボチャ 400 g
2. パイシート 2 枚
3. 砂糖 50 g
4. バター 50 g
5. 卵黄 1 個分

作り方

1. 冷凍カボチャをレンジで温める
2. 温めたかぼちゃをボールに移しバター砂糖を加え混ぜる①（オーブン予熱 200 度に設定する）
3. パイシート 1 枚をアルミ箔の型乗せて①のカボチャクリームを平たく載せる
4. もう 1 枚のパイシートをリボン状に切って格子状に載せ、卵黄を溶いて塗る
5. 予熱完了したオーブンで 20 分焼いて出来上がり