

ピーチゼリー

<作り方>

- ① **もも缶**はミキサーでペーストにする。
- ② **もも缶のシロップ**と**水**を合わせて、**50cc**と**180cc**に分ける。
- ③ **シロップ50cc**に**ゼラチン**を入れてふやかし、湯せんにかけて溶かす。（ゼラチンの場合）

シロップ50ccに**粉寒天**を入れて、火にかけて1分以上しっかり沸騰させて煮溶かす。（寒天の場合）

- ④ **シロップ180cc**に砂糖を入れ煮溶かす。（沸騰させる）
- ⑤ ④に①、③を入れ混ぜる。
- ⑥ ⑤を型に流し込み、冷やし固める。

白桃缶や洋梨缶など、
いろいろな種類の
果物でつくってみてください。



●栄養価（ココット1個分）

（ゼラチンの場合）

エネルギー 57kcal
たんぱく質 0.9g
脂質 0.0g

（寒天の場合）

エネルギー 52kcal
たんぱく質 0.1g
脂質 0.0g

ゼラチンを使う場合	材料（ココット10個分）	寒天を使う場合	材料（ココット10個分）												
もも缶（4号缶）	1缶（固形量250g程度）	もも缶（4号缶）	1缶（固形量250g程度）												
シロップ	230cc	シロップ	230cc												
<table border="0"> <tr> <td rowspan="2">[</td> <td>もも缶のシロップ</td> <td>130cc</td> <td rowspan="2">]</td> </tr> <tr> <td>水</td> <td>100cc</td> </tr> </table>	[もも缶のシロップ	130cc]	水	100cc	{ 50cc（ゼラチンをふやかす） 180cc（砂糖を煮溶かす）	<table border="0"> <tr> <td rowspan="2">[</td> <td>もも缶のシロップ</td> <td>130cc</td> <td rowspan="2">]</td> </tr> <tr> <td>水</td> <td>100cc</td> </tr> </table>	[もも缶のシロップ	130cc]	水	100cc	{ 50cc（寒天を煮溶かす） 180cc（砂糖を煮溶かす）
[もも缶のシロップ	130cc]										
	水	100cc													
[もも缶のシロップ	130cc]												
	水	100cc													
ゼラチン	10g	粉寒天	2g												
砂糖	5g	砂糖	5g												

※都合により、給食の食材を変更する場合があります。

*寒天の場合は、もぐもぐはクラッシュする。
ペーストはペースト状にする。