

ピーチゼリー

<作り方> 40mlココット10個分 【ゼラチンの場合】

- ① **もも缶の果肉**をミキサーでペーストにする。
- ② **水(50ml)**に**ゼラチン**を振り入れて、ふやかしておく。
- ③ 鍋に**残りの水(50ml)**、**もも缶のシロップ**、**砂糖**を入れ火にかける。
- ④ **砂糖**が溶けたら火を止め、②を加えて**ゼラチン**を溶かす。
- ⑤ ④に①を入れてよく混ぜる。
- ⑥ ⑤を型に流し込み、冷蔵庫で冷やし固める。

ゼラチンは沸騰すると固まりにくくなります。
沸騰させないように気を付けましょう。

●栄養価（ココット1個分）

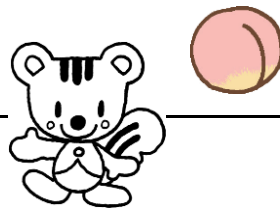
	ゼラチン	/	寒天
エネルギー	57kcal	/	52kcal
たんぱく質	0.9g	/	0.1g
脂質	0.0g	/	0.0g
カリウム	16mg	/	16mg

【寒天で作る場合】

- ① **もも缶の果肉**をミキサーでペーストにする。
- ② 鍋に**水(100ml)**、**寒天**、**砂糖**を入れて火にかける。
- ③ ②を焦がさないようにしながら一度沸騰させ、**寒天**と**砂糖**をしっかり煮溶かす。
- ④ ③に①と**もも缶のシロップ**を入れてよく混ぜる。
- ⑤ ④を型に流し込み、冷蔵庫で冷やし固める。

寒天の場合はしっかり沸騰させることで固まります。



材料（40mlココット10個分）		ぱくぱく・かみかみ後期・かみかみ前期	もぐもぐ	ペースト
もも缶（4号缶）	1缶（固形量250g程度）	大人と同じ	ゼラチンの場合	
もも缶のシロップ	130ml		食べづらい場合は電子レンジで溶かす	
水	100ml		寒天の場合	
			クラッシュする	ペーストにする
ゼラチン	10g/ 粉寒天 2g	<p>白桃缶や洋梨缶など いろいろな果物で作ってみてください♪</p> 		
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。				