

かんたん 簡単かぼちゃプリン

・マシュマロを使って手軽にデザートを作ってみましょう！



かんたん 簡単かぼちゃプリン

ざいりょう にんぷん
材料：6人分

| | |
|-----------------|-------|
| かぼちゃ(皮・わたをのぞいて) | 200g |
| 生クリーム | 200cc |
| 牛乳 | 100cc |
| マシュマロ | 100g |



つく かた 【作り方】

- ① かぼちゃはラップをして、電子レンジ(600W)に2分かける。かぼちゃの皮、わたを取りのぞいて、てき当な大きさに切る。さらに、ラップをして電子レンジ(600W)に3分かける。
- ② かぼちゃがなめらかになるまでつぶす。
- ③ 生クリーム、牛乳を少しずつ加え、だまにならないようにまぜ合わせる。
- ④ なべに③とマシュマロを入れ、マシュマロがとけるまで加熱する。
- ⑤ あら熱が取れたら容器に入れ、冷ぞう庫で冷やす。