

【豆乳プリン】

1人分

- I初ギ - 66kcal
- 塩分 -
- 野菜量 -



◆◆材 料◆◆ 4人分

豆乳（無調整）	・・・	250ml
水	・・・	50ml
砂糖	・・・	大さじ2
粉寒天	・・・	1g
バニラエッセンス	・・・	4～5滴
黒蜜	・・・	適量

◆◆作り方◆◆

- ① 鍋に水・豆乳・砂糖を入れ温める。沸騰してきたら、粉寒天を振り入れ、よく溶かす。
- ② 火を止め、バニラエッセンスを加えて混ぜる。器に流し入れて冷やし固める。
- ③ 黒蜜をかける。