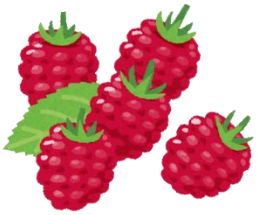
赤いベリーのデザート
Rote Grütze（“赤いいお粥”）
（ローテ・グリュッツェ）



材料/Zutaten（ツーターテン）：

・ぶどうジュース	・・・	100ｍｌ
・冷凍ベリーミックス	・・・	75ｇ
・片栗粉	・・・	小さじ 1

必要な道具：

・小さい鍋
・木べら

作り方：

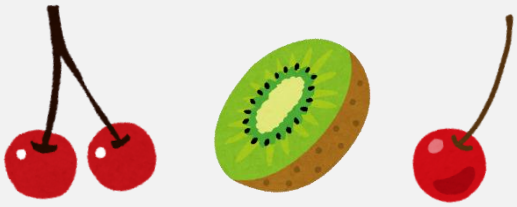
① 小さい容器にぶどうジュース大さじ 2 を入れて、片栗粉を溶かす。粒がなくなるまでよく混ぜる。

② 鍋に残りのぶどうジュースを入れて、沸騰させる。溶かした片栗粉でとろみをつける。木べらで混ぜながら弱火で 2-3 分煮込む④

③ 冷凍ベリーを加えて、弱火で 2～3 分くらい温めて水分をとばす。
好みによってベリーが崩れるまでより長く煮込むこともＯＫ。

④ タッパーやボウルなどの容器に移して、“皮膚”がつかないようにすぐにサランラップで包んで、冷めるのを待つ。

※ドイツ北部と北欧の国で人気ある夏のデザートです。バニラソースやバニラアイスと相性がいいです。好みのベリーはなんでもＯＫですが、良く使われているベリーは：
・フサスグリ（レッド・カラント）
・黒スグリ（ブラック・カラント）
・ラズベリー
・ブルーベリー
・サクランボ
・ブラックベリー
・イチゴ



※キウイやぶどう、グーズベリーなどを使った「Grüne Grütze（グリューネ・グリュッツェ）」（“みどりのお粥”）というバリエーションもあります。

※冷蔵庫で保存して、3 日以内に食べきることをおすすめします。