

酒かすプリン ~白みそクリームを添えて~

酒かすには、スフィンゴ脂質というセラミド（保湿成分）が含まれています。
スフィンゴ脂質はお肌の潤いを保つのに重要な役割をもっています。



材 料 4個分（ココット 直径7.5cm）

牛乳 100cc
生クリーム 120cc
卵黄 2個
グラニュー糖 20g

粉ゼラチン 4g
水 大さじ1

（甘酒）
酒かす 30g
水 50cc
砂糖 大さじ1
塩 少々

（トッピング用 白みそクリーム）
白みそ 小さじ2
生クリーム 大さじ1
焼き酒かす 適量

下準備

粉ゼラチンは水にふり入れふやかしておく

作り方

- ① 酒かすは細かく手でちぎり、耐熱容器に入れ、水、砂糖を加え電子レンジで約40秒温めて崩しておく。塩を加えて味を調える。
- ② 鍋に牛乳と生クリームを入れ火にかけ、鍋の周りがフツフツとしてきたら火を止める。
- ③ 卵黄を溶きほぐしてグラニュー糖を加え、すり混ぜる。②を少量ずつ加え弱火にかけ、火を止めてゼラチンを加える。
- ④ ③に①を加えて混ぜ、再び弱火にかけて濾す。
- ⑤ 容器に注ぎ入れ、粗熱をとって冷蔵庫で冷やし固める。
- ⑥ 白みそと生クリームを混ぜてトッピング用のクリームを作る。また、酒かすをフライパンで焼いて冷ましておく。
- ⑦ 冷え固まったプリンに白みそクリームと焼き酒かすを添えていただく。