

おやつで骨元気！懐かしプリン



材 料 3個分

卵	2個	バニラエッセンス	適量
牛乳	200ml	チェリー	3粒
砂糖	25g		

作り方

- ① ボウルに卵を割り入れ、泡だて器でほぐし、砂糖を加えて混ぜる。
- ② ①に牛乳を加えて混ぜ、こし網でこす。バニラエッセンスを加えカップに注ぎ入れる。
- ③ カタカタと動かないようにフライパンに布巾を敷き、お湯を1～2cm注ぎ入れ、カップを並べる。
- ④ 弱火で10分～15分蒸す。（水滴が落ちないように、湿らせた布巾を蓋に覆う。布巾が火に触れないように注意すること）。竹串を刺して生地が付かなければ出来上がり。
- ⑤ 粗熱をとって冷蔵庫で冷やし、チェリーを添える。