

親子で

# 寒天ゼリーを作ろう

これからどんどん暑くなる季節  
冷たくておいしいゼリーを作って食べよう!



## 道具

●小鍋 ●泡立て器 ●はかり ●計量カップ ●おたまやスプーン ●ゼリー型(型抜き)

## 材料

### 牛乳ゼリー

\*粉寒天 4g

\*水 400ml

\*牛乳 200ml

\*砂糖 60g

\*果物やフルーツ缶詰 (水分はきってね) お好みで

\*缶詰のシロップもOK (★印の注意事項を見てね)



### グレープゼリー

\*粉寒天 4g

\*水 200ml

\*グレープジュース 400ml

\*砂糖 40g



★粉寒天4gにつき、水・牛乳・グレープジュース・缶詰のシロップなど、合わせて約600mlにすると、型抜きできる位の固さのゼリーになるよ  
砂糖の量と果物はお好みで調整してね

## 作り方

- ① 鍋に、水と粉寒天を入れてかき混ぜながら火にかけ、沸騰したら火を弱めて、さらに2分ほどかき混ぜ、煮溶かす
- ② 砂糖を加えて溶かし、火を止め、牛乳 (グレープジュース) を加えて混ぜ合わせる
- ③ 型に、果物を入れて②を流し入れ、粗熱が取れたら冷蔵庫で冷やし固める  
オレンジ・グレープフルーツなど酸の強いフルーツを使う時はゼリーが固まりにくいので粗熱がとれてから流し入れてね

※バットやタッパー (牛乳パックも便利) に固めて、お子さんと一緒に型抜きしても楽しいよ

※月齢に合わせて、のどにつまらないように細かくして食べてね

