

# フルーツポンチ

(1位)

【ざいりょう】 1人分<sup>ぶん</sup>

ミカン<sup>かんづめ</sup>缶詰 40g

黄桃<sup>おうとうかんづめ</sup>缶詰 40g

カットパイナップル<sup>かんづめ</sup>缶詰 40g

寒天<sup>かんてんかんづめ</sup>缶詰 40g

砂糖<sup>さとう</sup> 10g

水 20g

【つくりかた】

- ① 鍋<sup>なべ</sup>に砂糖<sup>さとう</sup>と水<sup>みず</sup>を入れ沸騰<sup>い</sup>させる
- ② ①を冷<sup>さ</sup>ましておく
- ③ 缶詰<sup>かんづめ</sup>をあけ、ザル<sup>しる</sup>で汁<sup>じゅう</sup>をきる
- ④ 黄桃<sup>おうとうなど</sup>等<sup>ら</sup>カット<sup>か</sup>されていないものは他<sup>ほか</sup>のフルーツ<sup>おお</sup>の大き<sup>お</sup>さぐら<sup>き</sup>いに切る
- ⑤ ②と③を合<sup>あ</sup>わせて冷蔵<sup>れいぞうこ</sup>庫<sup>こ</sup>で冷<sup>ひ</sup>やす

## ★アレンジレシピ★

寒天<sup>かんてん</sup>の缶詰<sup>かんづめ</sup>がなかったら、寒天<sup>かんてん</sup>を手<sup>て</sup>作り<sup>つくり</sup>してみよう！

粉寒天<sup>こなかんてん</sup>がスーパー<sup>う</sup>などで売<sup>う</sup>っています

① 箱<sup>はこ</sup>や袋<sup>ふくろ</sup>の裏<sup>うら</sup>に書<sup>か</sup>いてある分量<sup>ぶんりょう</sup>で作<sup>つく</sup>ってみてね！

② ①の半<sup>はん</sup>分の水<sup>みず</sup>の量<sup>りょう</sup>で作<sup>つく</sup>って火<sup>ひ</sup>を切<sup>き</sup>ってから鍋<sup>なべ</sup>に好<sup>この</sup>きなジュー<sup>じゅう</sup>ス（でき<sup>でき</sup>れば100%）をかき回<sup>まわ</sup>しながら減<sup>へ</sup>らした水<sup>みず</sup>の量<sup>りょう</sup>を入<sup>い</sup>れてみてね（例<sup>れい</sup>：鍋<sup>なべ</sup>に水<sup>みず</sup>600gを半<sup>はん</sup>分の300gで粉寒天<sup>こなかんてん</sup>を一<sup>ひと</sup>袋<sup>ふくろ</sup>入<sup>い</sup>れてぐつぐつと沸騰<sup>ふいとう</sup>させて、火<sup>ひ</sup>を切<sup>き</sup>ってから冷<sup>つめ</sup>たいジュー<sup>じゅう</sup>ス300gをかき回<sup>まわ</sup>しながら入<sup>い</sup>れて平<sup>たい</sup>らな容<sup>よう</sup>器<sup>き</sup>に入<sup>い</sup>れ冷<sup>ひ</sup>やし固<sup>かた</sup>め、星<sup>ほし</sup>やハート<sup>かた</sup>の型<sup>かた</sup>でくりぬくとかわい<sup>かわい</sup>いオリジナル<sup>オリジナル</sup>の寒天<sup>かんてん</sup>が作<sup>つく</sup>れるよ！）