

二色ゼリー

材料 8人分

<牛乳ゼリー>

水 150 ml
粉寒天 2 g
牛乳 150 ml
砂糖 大さじ4

<コーヒーゼリー>

水 300 ml
粉寒天 2 g
インスタントコーヒー 大さじ1



一人分	
エネルギー (kcal)	31
たんぱく質 (g)	0.6
Ca (mg)	21
塩分 (g)	0

- ① 牛乳ゼリーを作る。鍋に水と粉寒天を入れて火にかけ、沸騰したら弱火で2分ほど加熱する。
- ② 火を止め、砂糖を入れて混ぜ、さらに牛乳を入れて混ぜ、型に入れて冷やし固める。
- ③ コーヒーゼリーを作る。鍋に水と粉寒天を入れて火にかけ、沸騰したら弱火で2分ほど加熱する。
- ④ 火を止め、コーヒーを入れて混ぜ、粗熱をとり、固まった牛乳ゼリーの上に流し込み、冷やし固める。