

7月8日～7月14日 ピカイチおすすめレシピ



カフェチー / ゼリー

材料（6個分）

COOPアイスコーヒー（無糖） 300ml
砂糖 大さじ5
シナモンスティック 1本
〔 COOPゼラチンパウダー 2袋
水 大さじ4
生クリーム 100ml

牛乳 200ml
砂糖 大さじ2
〔 COOPゼラチンパウダー 1袋
水 大さじ2

★栄養価★ 1個分
エネルギー 141Kcal
食塩相当量 0.2g

★ワンポイントアドバイス★
ゼリー液は固める前にザルなどでこみましょう。料理/管理栄養士 恒吉いずみ

作り方

- ① ゼラチンパウダーを容器にあけ、水を入れて軽くかき混ぜ、4分くらい浸しておく。
- ② 小なべにアイスコーヒー、砂糖、シナモンスティックを加えて、沸騰直前まであたためる。
- ③ 火を止めて、浸したゼラチンを加えて、ザルなどでこす。
- ④ 大きめのボウルに氷水を入れて、小なべのなべ底をあてながら、粗熱をとる。
- ⑤ 冷めたら、生クリームを加えて、混ぜ合わせ、コップなどの器に分ける。（シナモンは取り除く）。冷蔵庫で30分ほど冷やしておく。
- ⑥ ゼラチンパウダーと水を浸したものをレンジで20秒ほど加熱する。
- ⑦ ボウルに牛乳と砂糖を混ぜ合わせて、溶けたゼラチンを加えて、ザルなどでこす。
- ⑧ 固まったゼリーの上に注ぎ、もう一度冷蔵庫で冷やして、できあがり。



COOP アイスコーヒー （無糖）

無糖のアイスコーヒーです。お好みに合わせてクリーム等をご利用ください。