

豆乳プリン



材料

(2人前)

- 豆乳 100g
- 寒天クック 0.8g
- 黒みつ 10ml
- きなこ 適量

[成分値]

エネルギー 38kcal

塩分 0.1g

作り方

1. 鍋に豆乳と寒天クックを入れ、中火にかける。
2. 沸騰したら火を弱め、かき混ぜながら1分くらい煮溶かす。
3. 火を止め粗熱をとったら、器に流し込み、冷蔵庫で冷やし固める。
4. 固まったら、黒みつ、きなこをかける。

