

★ 豆腐と黄桃のムース（5人分）

○材料

絹豆腐	．．．．．	1丁
ギリシャヨーグルト	．．．．．	160g
あんずジャム	．．．．．	大さじ1
缶詰の黄桃	．．．．．	1缶（400gくらい）
砂糖	．．．．．	大さじ3
「シロップ」		
砂糖	．．．．．	大さじ4
水	．．．．．	大さじ4

シロップをつくる際には
電子レンジを使ってもOKです。



○作り方

- ① 絹ごし豆腐は軽く水を切ってから裏ごしし、あんずジャム、砂糖、ギリシャヨーグルトとよく混ぜる。
- ② 黄桃は5mm角くらいに刻む
- ③ シロップの材料を小鍋に入れて、砂糖が溶けるまでへらで混ぜながら加熱する。
- ④ ②③は食べる直前まで冷やしておく。①と器に盛り、②をのせ、③を適量かける。