

とうふ 豆腐のレアチーズケーキ風



1 個当たり
エネルギー：160kcal
食塩相当量：0g

【材料 プリン型 10 個分】

	・ ^{きぬ} 絹ごし豆腐	250g
A	・粉ゼラチン	10g
	・水	50mL
	・ ^{ぎゅうにゅう} 牛乳	150mL
	・ ^{さとう} 砂糖	90g
	・ ^{しる} レモン汁	1 個分
	・生クリーム	200mL
	・レモンの皮	^{てきぎ} 適宜
	<フルーツソース> (お好みで)	
B	・ジャム	小さじ 1
	・水	小さじ 1

【つくり方】

- ① ^{なべ}鍋に A を入れ、弱火で^{にと}煮溶かす。^{さとう}砂糖を加え、^と溶けたら火を止め、^{あらねつ}粗熱をとる。
- ② ^{とうふ}豆腐はキッチンペーパーで包み、水を切る。(水を切りすぎないように注意)
- ③ ビニール袋に②を入れ、^も揉んでつぶす。
- ④ ボウルに③を入れ、泡だて器でなめらかにする。レモン汁、生クリーム、すりおろしたレモンの皮の順に加え、よく^ま混ぜる。
- ⑤ ④に①を加えよく^ま混ぜ、ぬらしておいた^{かた}型に流し入れ、^{れいぞうこ}冷蔵庫で冷やし固める。
- ⑥ B を^ま混ぜ、⑤にかける。

^{もめんとうふ}木綿豆腐を使用すると、より^{のうこう}濃厚な仕上がりになります。

レモンは、皮をすりおろして使用するので、無農薬のものを^{あら}洗いましょう。