

# とうふ 豆腐のレアチーズケーキ風



1個あたり  
エネルギー：160kcal  
食塩相当量：0g

## 【材料 プリン型 10個分】

	・ <sup>きぬ</sup> 絹ごし豆腐 <sup>とうふ</sup>	250g
A	・粉ゼラチン	10g
	・水	50mL
	・ <sup>ぎゅうにゅう</sup> 牛乳	150mL
	・ <sup>さとう</sup> 砂糖	90g
	・ <sup>しる</sup> レモン汁	1個分
	・生クリーム	200mL
	・レモンの皮	<sup>てきぎ</sup> 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 <sup>なべ</sup>鍋にAを入れ、弱火で<sup>にと</sup>煮溶かす。<sup>さとう</sup>砂糖を加え、<sup>と</sup>溶けたら火を止め、<sup>あらねつ</sup>粗熱をとる。
- ② <sup>とうふ</sup>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、<sup>も</sup>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<sup>ま</sup>混ぜる。
- ⑤ ④に①を加えよく<sup>ま</sup>混ぜ、ぬらしておいた<sup>かた</sup>型に流し入れ、<sup>れいぞうこ</sup>冷蔵庫で冷やし固める。
- ⑥ Bを<sup>ま</sup>混ぜ、⑤にかける。

<sup>もめんとうふ</sup>木綿豆腐を使用すると、より<sup>のうこう</sup>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<sup>あら</sup>洗いましょう。