

こんにゃくグミのヨーグルトケーキ



1 / 10カット
163kcal

【 材 料 】 18cm丸型 1個分

白こんにゃく・・・100g
フルーツ酢・・・100cc
※ザクロ酢、ブルーベリー酢、レモン酢など

ビスケット・・・15枚(胚芽ビスケットなど)
溶かしバター・・・大さじ4

ゼラチン・・・10g
水・・・大4

レモン汁・・・20cc
砂糖・・・90g
牛乳・・・150cc
プレーンヨーグルト・・・200cc
生クリーム・・・200cc

A. 白こんにゃくを、花型などで型抜きする。
型抜きした残りもきざみ、フルーツ酢に漬け込む。

B. ポリ袋にビスケットを入れて麺棒などで砕き、
バターと混ぜる。その後型に敷きつめて冷蔵庫で
冷やす。

C. 分量の水にゼラチンを入れふやかす。

【 作り方 】

- ① 牛乳と砂糖を弱火にかけ、(C)を入れて溶かす。
- ② ①を火からおろし、プレーンヨーグルト、生クリーム、レモン汁を順に入れる。
- ③ (A)の型抜きの残りを刻み、②に混ぜ、(B)の型にながす。
- ④ 冷蔵庫で一晩冷やす。
- ⑤ 型から取り出し、カットして型抜きしたこんにゃくを盛り付ける。

アクツコンニャク株式会社