

# さくら草の給食レシピ

## ブラジル風プリン

6月の食育の日にブラジルの料理として紹介したプリンです。  
コンデンスミルクをたっぷり使ってしっとり甘いプリンが出来上がりました。



### <材 料> 90ccのプリンカップ4個分

- ・鶏卵・・・・・・・・・・・・・・・・・・1個
- ・コンデンスミルク（加糖練乳）・・・100g
- ・牛乳・・・・・・・・・・・・・・・・・・120cc
- A 

・グラニュー糖・・・・・・・・・・	20g
・水・・・・・・・・・・・・・・・・・・	小さじ2杯
・お湯・・・・・・・・・・・・・・・・・・	小さじ1杯

### <作り方>

- ① Aの材料でカラメルソースを作る。グラニュー糖と水小さじ1杯を鍋に入れ火にかける。鍋を揺らして砂糖を溶かして沸騰させ、色づくくらいに加熱する。お湯を入れてかき混ぜる。（お湯がはねることがあるので注意！！）プリンカップに注いでおく。
- ② 卵を割りほぐし、コンデンスミルク、牛乳を加えよく混ぜ、ザルでこす。
- ③ プリンカップに注ぎ、蒸し器で15分位蒸す。

\*給食用のカップは小さめです。ご家庭にあるプリンカップの大きさに合わせて材料を増やしてください。

