

かぼちゃプリン

材料	分量（4人分）	材料	分量
かぼちゃ	150g	卵黄	2個分
牛乳	125ml	生クリーム	75g
粉寒天	2g	水	150ml
砂糖	75g		

《作り方》

1. かぼちゃは皮をむき、2～3cm程に切り蒸す。
2. やわらかくなったら熱いうちにつぶし、砂糖40gを加えて混ぜ、砂糖がとけたら牛乳を加え一度漉(こ)す。
3. 分量のみずと粉寒天を鍋に入れ、中火でときどき混ぜながら2～3分煮てとがす。
4. 卵黄をよく溶きほぐし、砂糖35gを加えて泡だて器で白っぽくなるまで混ぜる。よく混ぜたら寒天液の中に少しずつ混ぜながら入れる。
5. 4に漉したかぼちゃと生クリームを入れ混ぜる。
6. カップに入れ冷ます。



【ポイント】

- ①かぼちゃを蒸す水っぽくならず甘みが増します。
- ②かぼちゃ特有のざらつきが気になる方は、つぶした時に裏ごしすると軽減されます。
- ③小さめのカップなら8個ほどできます。



JA 白山オリジナルキャラクター
「ひめのまいちゃん」