

杏仁豆腐 ～マクトンゼロパウダーを使ったレシピ～



調理時間(目安)
1時間程度

■材料【1人分】

水	20g	牛乳	40g
砂糖	6g	アーモンドエッセンス	少々
マクトンゼロパウダー	6g	パインアップル(缶詰)	6g
粉寒天	0.3g	ミントの葉(飾り用)	適宜

■作り方

- ① 鍋に水、砂糖、マクトンゼロパウダー、粉寒天を入れてよく混ぜ、火にかける。
- ② 沸騰したら火を弱め、1～2分ほどかき混ぜながら煮溶かす。
- ③ 火を止め、②に温めておいた牛乳、アーモンドエッセンスを加えて混ぜ、器に流して冷やし固める。
- ④ ③に一口大に切ったパインアップル、ミントの葉を飾る。

♪ワンポイントアドバイス

マクトンゼロパウダーは水に溶いてから加熱すると、ダマにならず、なめらかなゼリーになります。

栄養成分値(1人分)

エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)
100	1.3	6.2	10.6
ナトリウム (mg)	カリウム (mg)	リン (mg)	食塩相当量 (g)
18	68	38	0

アーモンドエッセンス、飾り用のミントの葉は栄養成分値には含まれておりません。

日本食品標準成分表2020年版(八訂)で計算
 弊社商品は商品パッケージの栄養成分表示から計算

■使用製品



マクトンゼロパウダー