

黒ごま豆腐

のど越しが良く、香り豊かで優しい味わいなので、食欲のおちてしまう暑い夏にも最適です。



材料

粉ゼラチン	5g
水	大さじ2
ねりごま黒	40g
豆乳	1カップ
めんつゆ、わさび	適量

できあがり

2人分

作り方

- ① ゼラチンは少量の水でふやかしておきます。
- ② 鍋にねりごま、豆乳を入れ弱火で沸騰しないように温め、①を加えて煮溶かします。
- ③ 粗熱がとれたら、器に②を流し込み、冷蔵庫で冷やし固めます。
- ④ めんつゆをかけて、わさびを添えます。