

〈ぶどう〉

ピオーネソルベ

☆ 袋に入れてもむだけの簡単レシピ! ☆
☆ 炭酸水をかけるとおしゃれなデザートになりますよ。 ☆

《1人分のエネルギー量 73 kcal》

◎材料と分量(2人分)

・ぶどう (ピオーネ)	/	150g		B	
A				[・レモン汁	/ 小さじ1
[・水	/	25cc		[・白ワイン	/ 小さじ1
[・砂糖	/	15g			
				・ファスナー付き保存袋	/ 1枚

◎作り方

- ① ピオーネをよく洗い、皮ごと2~4つに切り、小鍋に入れる。
- ② ①にAを加えて弱火で煮る。
- ③ 火を止めて荒熱を取り、Bを加え、ファスナー付き保存袋に入れて平らにし、冷凍庫で半日ほど固める。(途中4~5回取り出し、手でもむ)

