

〈もも〉

ももをふんだんに使ったもっちりクレープ

☆ 桃をドーン!と使っているので、桃好きにはたまらないデザートです。 ☆

《1人分のエネルギー量 178 kcal》

◎材料と分量(2人分)

・もも	/	1個	・ホットケーキミックス	/	30g
・粉ゼラチン	/	1.5g	・卵	/	1/6個
・水	/	小さじ1	・牛乳	/	80cc
・牛乳	/	大さじ2	・サラダ油	/	適量
・プレーンヨーグルト	/	大さじ2	・ミントの葉	/	適量
・砂糖	/	小さじ2			
・いちごジャム	/	大さじ1/2			

◎作り方

- ① ももは縦に包丁を入れ、種に沿ってぐるりと切り込みを入れ、両手でねじって半分にし、種を取り除いて皮をむく。
- ② 粉ゼラチンに水を加えてふやかし、人肌程度に温めた牛乳に加えて溶かす。
- ③ ボウルにヨーグルト、砂糖、いちごジャムを入れてよく混ぜ、②を加えて混ぜ合わせる。氷水で冷やし、トロツとしてきたら、①の種の部分に流し入れ、冷蔵庫で固める。
- ④ ホットケーキミックス、卵、牛乳をよく混ぜ合わせ、フライパンにサラダ油を熱し、クレープ生地を2枚焼く。
- ⑤ クレープ生地で③を包み、皿に盛り付けてミントの葉を飾る。

