

ぶどうゼリー			幼児6人分の分量（栄養価は幼児1人あたり）
材料	分量	備考	作り方
グレープジュース（100%）	210ml		①アガーと砂糖はよく混ぜておく。 ②鍋にグレープジュースを入れて温める。 ③別鍋に湯を入れ、①を加えよく混ぜて、85～90℃まで温めてアガーを溶かす。 ④③を70～75℃まで冷ます。冷めるまでかき混ぜている。（ほったらかしにすると回りだけ固まる。） ⑤②を加えて混ぜ、バットに流し粗熱がとれたら冷蔵庫に入れて冷やし固める。 ⑥固まったら切り分け、皿に盛りつける。 ※アガーとは植物性ゼリーの素で、寒天とは違う海藻を使って作られています。アガーを使うとゼラチンのようなつるんとした食感のゼリーが出来上がります。 ※りんごジュースやオレンジジュースなど、他のジュースでもおいしくできます。
湯	210ml		
アガー	大さじ1		
砂糖	大さじ4		
			エネルギー 39kcal たんぱく質 0.1g 脂質 0.1g カルシウム 2mg 鉄 0.1mg 食塩相当量 0g

