

料 理 名		湘南ゴールドのまるごとキラキラゼリー	
材 料 名	数量 (4人分)	作 り 方	
○湘南ゴールド	4 個	<p>① 湘南ゴールドを横半分にカットし、中身をスプーンでとりだし、種と薄皮を除き、約1カップ分をボウルに入れる。皮は容器に使う。</p> <p>② 鍋に水とゼラチンを入れ、煮溶かし、はちみつを加えよく混ぜる。</p> <p>③ ②を①のボウルに入れよく混ぜ、皮で作ったカップに戻して、冷蔵庫で冷やし固める。</p>	
粉ゼラチン	5 g		
水	50 c c		
はちみつ	大さじ1		
		<p>備考 &lt;出来上がりイメージ・使用したかながわ産食材について&gt;</p> <p>実家が小田原でみかん農家なので、わが家ではその季節ごとにとれるみかんを使ったデザートを作ります。湘南ゴールドは神奈川県生まれ、子どもも大好きなのでよく作ります。</p>	



○かながわ産食材です。

1人あたりの栄養量(エネルギー56kcal たんぱく質1.6g)