



おいしく・健康的に 食べよう
Kitchen Smile
OFFICIAL RECIPE SITE



Copyright (C) Kansai Super Market Ltd. All Rights Reserved.



ティーバックで手軽に作れるスイーツレシピ

紅茶寒天のトライフル



一人あたりのエネルギー	食塩相当量	調理時間
268kcal	0.1g	約30分※冷やし固める時間は除く

この表示値は目安です

■材料 (2人分)

紅茶(ティーバック).....2個
熱湯.....300ml
砂糖.....30g
粉寒天.....2g
市販のカステラ.....2切
白桃の缶詰.....48g
みかんの缶詰.....12粒
いちご.....4個
市販のホイップクリーム.....30g
ミント.....適量

■作り方

- ① 熱湯にティーバックを入れ、1分半蒸らしたらティーバックを取り出しておく
- ② ①を火にかけ、砂糖を入れて溶かす
- ③ ②に粉寒天を入れて混ぜ、沸騰したらその後2分程度混ぜながらさらに加熱する
- ④ ③をバットに流し入れ、熱いまま冷蔵庫に入れて急速に冷やす
- ⑤ カステラは2cm角に切る
- ⑥ 白桃の缶詰は汁気を切って2cm角に、みかん缶は汁気を切っておく
- ⑦ 紅茶寒天は1cm角に切る
- ⑧ 器に⑦、⑤、⑥、⑦の順に盛る
- ⑨ 一番上にホイップクリームと食べやすい大きさに切ったいちごを添え、お好みでミントを飾る

cooking memo