



梅のアイスクャンディー



材 料

〈梅シロップ〉

- 梅(青くても黄色でも可)…1kg
- A ● 砂糖…1kg ● 水…500cc)

〈アイスクャンディー〉

- B ● 梅シロップ…300g
- 煮くずれた身も少し入れる
- 水…200g ● 砂糖…100g
- レモン汁…10g

〈アイスクャンディー ミルク味〉

- C ● 梅シロップ…300g
- 煮くずれた身も少し入れる
- 水…90g ● 砂糖…60g
- 生クリーム(乳脂47%)…60g

※材料Bを5等分した場合のおおよその栄養量です。

栄養量	・ エネルギー…184kcal	・ 脂 質…0.1g	・ 食塩相当量…0.0mg
	・ たんぱく質…0.1g	・ 炭水化物…47.8g	

作り方

〈梅シロップ〉

- ① ①を鍋に入れて沸かしよく洗った梅を加え15分程煮ます。(途中でアクをすくって下さい。)



〈アイスクャンディー〉

- ② 梅シロップを②の割合で混ぜて容器に入れ凍らせます。(一晩)
- ③ ③の割合で混ぜて容器に入れ凍らせます。(一晩)〈ミルク味〉

〈アイスクャンディー〉



〈梅ジュース〉

- 梅シロップを氷水か炭酸水で割ってジュースにします。

〈かき氷〉

- 梅シロップをかき氷にかけます。



〈ミルク味〉

