

## 甘酒と豆乳の和風プリン

	材料(2人分)			
	甘酒	100ml	豆乳	100ml
	水	50ml	塩	少々
	ゼラチン	5g	メープルシロップ	少々
1人分の栄養量	エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分
	85kcal	4.8g	1.1 g	0.1g



### 作り方

1. 甘酒、豆乳、水、塩を混ぜ合わせ熱する。
2. ゼラチンを入れて溶かす。
3. 器に流し入れ、氷水を張ったバッドで冷まし、冷蔵庫で固める。
4. メープルシロップをかける。