



Blancmange of coconut

ココナッツの ブランマンジェ



材料 (4人分)

- (A) ココナッツミルク …… 200g
- 砂糖 …… 大さじ2と2/3
- 生クリーム …… 90g
- ゼラチン …… 5g
- マンゴー(フレッシュまたは缶詰や冷凍) …… 適量



なめらかでリッチ、ココナッツの豊かな風味を感じる
 ブランマンジェは、マンゴーとの相性抜群！
 夏らしいふるるんデザートです。

4



3を2に加えてムラなく混ぜ合わせ、冷水を当てて冷ましてからプリン型に流し、冷蔵庫で1〜3時間冷やし固める。

3



耐熱容器に生クリームを入れて、60度程度に温め、1を加えて混ぜ溶かす。

2



(A)を小鍋に入れて沸騰直前まで温めてよく混ぜ溶かし、粗熱をとる。

1



ゼラチンは必要に応じてパッケージに従い、水でもどしておく。

5



小鍋に湯を沸かし、4をさっと入れて温めて、器をあてて型から器に抜き出す。アボカドのように切り分けたマンゴーを千切り(または角切り)にしてトッピングし、お好みでココナッツロング(分量外)を散らす。



point!

ココナッツミルクの代わりに

牛乳、豆乳、アーモンドミルクでもOK。旬のマンゴーを添えましたが、お好みのフルーツを添えてお楽しみください。

型抜きをしない場合

グラスに直接流して冷やし固めます。その場合、冷蔵庫に入れてから1時間ほどからお召上がりいただけます。

inizio/tu.du.ku 料理教室

依藤 亜弓 先生

調理師、醗酵食健康アドバイザー、有機美容醗酵食品マイスター 他

Cooking teacher
レシピ提供

加古川市内で人気のお料理教室「inizio」で、多くの生徒に数々のオリジナル料理のレシピを教えています。また、テレビ、ラジオ出演や雑誌掲載、企業などへのレシピ提供も行っております。「加古川/パスタ」オリジナルレシピコンテスト(神戸新聞社など後援)で、加古川市長賞に選ばれた先生です。