

おいしい  
お水を使った

# かんたん レシピ

VOL.1

## ふるふるレモンジュレ

暑い夏にピッタリ!!フルフルしていてさわやかなレモン風味のデザートです。福島のおいしくて冷たい水を使って簡単に作ってしまうので、とてもオススメです。

仕上げにハーブを乗せると、より涼しげになるので◎。



### ワンポイント アドバイス♪

450ccの水に小さじ1/2の  
寒天でジュレになります。  
寒天液は必ず沸騰し  
溶かしてくださいね。

教えてくれた先生  
佐藤徹子さん

福島市在住の栄養士。  
学習センター、学校などで  
料理教室講師として  
活躍されています。

### 材料(4人分)

- レモン…1個  
▷レモンの皮…1個分  
(すりおろし)  
▷レモン汁…大さじ2
- 水…450cc
- 粉寒天…1g(小さじ1/2)
- 砂糖…70～80g
- ハーブ…少々

### 作り方

- ①レモンをよく洗い、  
レモンの表皮をおろし金ですりおろす。
- ②レモンの汁を搾る。
- ③鍋に水を入れ、寒天を振り入れて混ぜ、  
時々かき混ぜながら1～2分沸騰させる。
- ④火を止め、砂糖、レモン汁、  
レモンの皮を入れる。
- ⑤④をザルで漉し、容器に流し入れ  
冷蔵庫で冷やす。
- ⑥あらか崩し、器に盛りつける。