

フルーツゼリー

フルーツゼリー



①



②



③

もし、冷蔵庫が使えるようになったら、フルーツ缶を使ったゼリーを作りませんか。ガラスの器を使うと見た目も涼しげで、ちょっとした気分転換になるはずです。ラップで包み冷やし固めると、スプーンを使わずに食べられます。分量のお湯を、温めた牛乳に変えればミルクゼリーになります。好みのジュースでもおいしくできますよ。いろいろなアレンジを楽しんでね。

①ボウルにゼラチンとお湯を入れる。ゼラチンがだまにならないようにしっかりと混ぜて溶かす。砂糖を加えて混ぜる。

②ざるを使い、缶詰のフルーツとシロップを分ける。シロップ100ccを①に混ぜる(足りないときは水を足す)。レモン汁を入れてかき混ぜる。

③器にフルーツを入れ、②を流し入れる。ラップを使う場合は、ラップにフルーツを置いて器に入れ、②を流す。冷蔵庫で冷やし固める。ラップの口

を絞り、ビニールタイで縛る。

【ポイント】
ゼラチンは、ポットのお湯を少し冷ました80度くらいがよく溶けます。ジュースゼリーは、好みのジュース600ccの半量を電子レンジなどで温め、ゼラチン10gと砂糖20gを溶かします。残りのジュースとレモン汁小さじ1を混ぜ、③の手順に進みます。(監修 調理師・管理栄養士 義士氏家幸子さん)

材料(約6~7個分)

- ゼラチン...10g
- お湯...500cc(約80度)
- 砂糖...50g
- レモン汁...大さじ1
- フルーツ缶...1缶

用意するもの

- ボウル
- おたま
- スプーン
- ざる
- キッチンスケール
- 計量カップ
- ゼリーを流す器(ガラス、そばちょこなど) ...適宜
- ラップ...22cm四方を適宜
- ビニールタイ...適宜



かほピョンプレス読者のみなさんへ

次はニュース検定に挑戦!

ニュース時事能力検定試験

4級問題に挑戦!

(2025年度検定問題より出題)
日本国憲法が制定された当時には想定されていなかった権利は「新しい人権」とも呼ばれます。「新しい人権」の例に当てはまるものを選びなさい。
①生存権 ②環境権 ③表現の自由 ④思想・良心の自由
答え...②

5級問題に挑戦!

(2025年度検定問題より出題)
「地震や台風などの被害をゼロにするのは難しいので、災害への備えを工夫して被害を減らすことに力を入れよう」という考えを何といいますか。正しい言葉を選びなさい。
①人災 ②火災 ③震災 ④被災
答え...③

もっと詳しく知りたい方には
基礎編(3・4級対応)



定価:1,430円(本体1,300円)

N検を受けるといいこと

- ①世の中で起きていることがわかるようになる!
- ②文章を読み解く力がつく!
- ③中学入試で増えている時事問題に強くなる!

5級の検定問題は...

公式テキスト&問題集
「時事力」入門編(5級対応)

をもとに出題されます!



定価:1,210円(本体1,100円)

次回検定のお知らせ

2025年度 第2回
11月16日(日)
マークシート方式

仙台会場
フォレスト仙台
仙台市青葉区柏木1-2-45

申込締め切り日
公式サイトから**9月29日(月)**

お問い合わせは... 受検サポートセンター TEL:03-5209-0553

受付時間 10:00~17:00(土・日・祝日は除く)

検定のお申し込みは公式サイトから
ニュース検定 検索



【主催】河北新報社、日本ニュース時事能力検定協会、毎日教育総合研究所 など