

かんたん  
レンジで簡単！

# マグカッププリン



おうち時間をプロデュース  
～西脇市こどもプラザ～

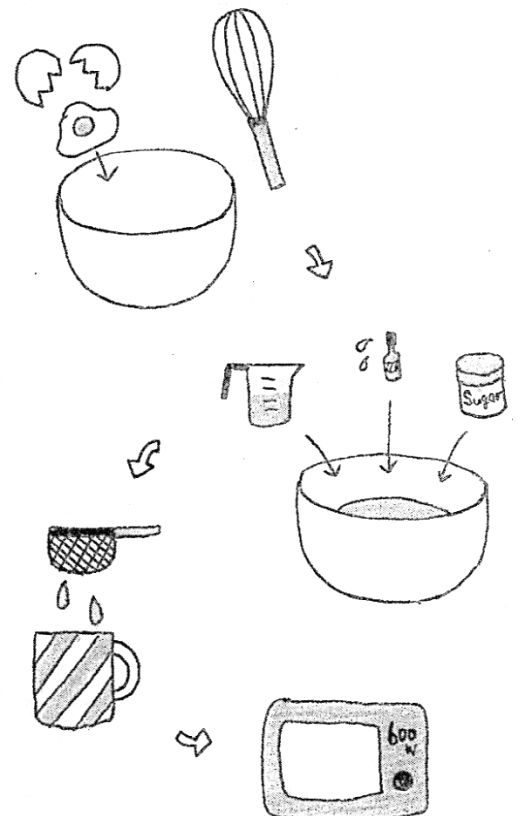
## ざいりょう 材料

- ・たまご・・・1こ
- ・牛乳ぎゅうにゅう・・・130cc
- ・砂糖さとう・・・大さじ2
- ・バニラエッセンス・・・3滴てき
- ・カラメルソース、メープルシロップ、フルーツなど・・・適量てきりょう

## ようい 用意するもの

- ・ボウル
  - ・泡だて器あわだてき
  - ・茶こしちゃこし
  - ・ラップ
  - ・タオル
- (コップが包めるぐらいのサイズ)

- ① たまごをボウルに割り入れ、泡だて器でよく混ぜる。
- ② ①に砂糖を入れて、牛乳を2～3回に分けて入れながらよく混ぜる。あれば、バニラエッセンスも入れる。
- ③ ②を茶こしで漉しながら、マグカップへ注ぎ入れ、ラップをせずに600wで2分加熱します。
- ④ マグカップをレンジから出し、ラップをかけてタオルで包んで保温。10分程度置いて余熱でプリンを固めます。
- ⑤ 粗熱が取れたら冷蔵庫で冷やします。



カラメルソースやメープルシロップをかけて食べてね！

生クリームやフルーツで飾ってプリンアラモードにしてもおいしいよ！