ぶどうゼリー

<栄養成分>（1人分）

エネルギー	40kcal
タンパク質	0.1g
脂質	0.1g

<材料>（4人分）

○砂糖	12ｇ
○アガー	9.2ｇ
○水	60ｇ
○ぶどうジュース	180ｇ
○ゼリーカップ（60 cc）	4個

<作り方>

①砂糖とアガーをよく混ぜる。（ここでしっかり混ぜて、だまを作らないことがポイントです！）

②材料の水を温め、①を入れて溶かす。（温度を 90度程度まで上げるとしっかり固まります。）

③②にぶどうジュースを加えて混ぜる。（このとき火は消します。）

④カップにゼリー液を注いで冷蔵庫で冷やす。