

- 粉かんてん 小さじ $\frac{1}{2}$
- 水 150ミリℓ
- A (砂糖 大さじ2、インスタントコーヒー 大さじ1)
- つぶあん 150㌘
- 生クリーム 20ミリℓ

4人分 1人当たり256kcal

- ①鍋に分量の水を入れ、粉かんてんをふり入れます。弱火にかけ、混ぜながら沸騰させて、約3分煮ます。
- ②かんてんが溶けたらAを加えて溶かし、火を止めます。
- ③つぶあんを加えてムラなく混ぜ、再び中火にかけて、煮立ったら火を止めます。
- ④あら熱がとれたら器に流し入れ、冷蔵庫で約1時間、冷やし固めます。生クリームをかけます。

調理時間15分(固める時間を除く)

コーヒーとあん、意外な組み合わせですが、ほんのり残るコーヒーの味が、甘いあんの風味と絶妙に合います。もちろん、こしあんでもおいしくできます。

あんは、スーパーの和菓子売り場、製菓材料売り場などにあります。残ったあんは冷凍がおすすめ。みつ豆に使ったり、トーストにのせたり、アイスクリームと混ぜて即席小倉アイスにして食べます。

できあがりも冷凍できます。ステンレスやアルミの容器にまとめて作り、小さく切り分けて冷凍。すぐに解けて食べやすくなるので、食べる分だけとり出してどうぞ。なお、生クリームはなくても、おいしく食べられます。

(ベターホームのお料理教室)

＝写真 大井 一範



かんてんの扱い 粉かんてんは、溶かして固めるだけなので扱いがかんたんです。ただし、完全に溶けて透明になってから砂糖を加えないと、固まりにくくなります。弱火でも沸騰した状態は保ち、混ぜながら2～3分煮溶かします。

