さつま芋とりんごの重ね煮 【加熱時間 20 分】

・りんご　1/4 個(50g)…くし形うす切り
・さつま芋　1/4 本(100g)…5 ㎜厚さの輪切り
・はちみつ　大さじ 1/2
・水　大さじ1
・バター　10g　※あとのせ

プリン 【加熱時間 15 分】

－ プリンを加熱している様子 －

プリンのポイント

材料をボウルに入れて混ぜ、砂糖をしっかり溶かしてから袋に移す
鍋のお湯をグラグラ煮立たせずやさしく弱火で加熱する

・鶏卵　Mサイズ3個
・牛乳　200ml
・砂糖　大さじ 3 と1/3(30g)

お好みで黒糖シロップやメープルシロップなどをかけてもおいしいよ！