

余らせがちな
食材を
レスキュー！



りんご1個で作る タルトタタン風

お菓子屋さんの
ケーキみたい！



食べきれずに
時間が経ってしまっ
スカスカに
生で食べるには
ためらうりんごも
おしゃれな
デザートに変身。

ワンポイントアドバイス

写真はセルクル型に詰めて、冷蔵庫で一晩置いたものです。ココットやアイスクリームの空き容器に詰めてもOK。生クリームやアイスクリームをそえると、より豪華なデザートになります。

One point!

材料

りんご 大1個(小2個)
砂糖 40g
バター(有塩) 大さじ2 (30g)
シナモン 小さじ1/4
塩 小さじ1/3

作り方

- 1 りんごの皮をむき、1センチの厚さのくし形に切る。塩を入れた水に10分ほどつけたあと、水気を切っておく。
- 2 フライパンにバターを入れて中火で熱し、りんごを入れてきつね色になるまで炒める。
- 3 りんごを取り出し、同じフライパンに砂糖を入れ、中火にかける。キャラメル状になったら、りんごを戻し入れ、弱火でからめるようにして混ぜる。
- 4 シナモンを加えて火を止める。冷めたら皿の上でリング状に盛る。

余らせがちな
食材を
レスキュー！



パンプディングと ラスク

このおやつ、
おうちで
作ったの？



家庭で捨てられる
食材リストア
上位に挙がるパン。
1枚だけ残ってしまっ
固くなったパンも
子どもが喜ぶ
おやつに変身！

作り方

【パンプディング】

- 1 食パンを2センチ角に切り、バターを塗ったココット型やグラタン皿に詰める。
- 2 ボウルに卵を解きほぐし、砂糖、牛乳、バニラエッセンスを加えて混ぜる。
- 3 ②を①のパンの上から流し、9分目まで流したらレーズンなどのドライフルーツを飾り、160℃のオーブンで30分焼く。

【ラスク】

- 1 パンを7ミリの厚さに切り、バターとグラニュー糖を混ぜたものを塗って、シナモンをふりかける。
- 2 160℃のオーブンで20〜25分焼く。

ワンポイント アドバイス

使うパンはロールパン、食パン、フランスパンなど何でもOK。ラスクのグラニュー糖は、コーヒー用のスティックシュガーで代用できます。バニラエッセンスがない場合は省略してください。

One point!

材料

【パンプディング】

食パン(8枚切) 1枚
卵 1個
砂糖 30g
牛乳 100cc
バニラエッセンス 2〜3滴
バター(有塩) 大さじ1
ドライフルーツ(レーズン) 適量

【ラスク】

ロールパン、
フランスパンなど
..... 1〜2個
バター(有塩) 大さじ2〜3
グラニュー糖 小さじ2〜3
シナモン 少々