

簡単プリン



プリンとは卵、牛乳、砂糖、香料などを混ぜ、型に入れて蒸し焼きにした洋菓子の事を言うそうです。日本でプリンと言えばカスタードプリンを主に指し、その語源は英国の伝統菓子プディング (pudding) である。

<材料24人分 1人前79.4Kcal>

- ・グラニュー糖150g ・砂糖 (パルスィート使用) 180g ・卵6個 ・牛乳840cc
- ・水大さじ3 ・熱湯大さじ1.5

<作り方>

- 1) 直径18cmの鍋に水とグラニュー糖を入れて火にかけ、濃いめの色に焦がしたら熱湯を注いで冷ます。
- 2) ボールに卵を入れて泡だて器で混ぜる。
- 3) 耐熱容器に砂糖と牛乳を入れて電子レンジで温めて沸騰させ、よく混ぜたら2のボールの中に入れる。
- 4) 3をこし器でこしたら、1の鍋に入れる。
- 5) フライパンの中に2/3程水を入れて沸騰させ、1の鍋を入れてアルミホイルでふたをして、軽く煮立つ程の火加減で15~30分程火を通す。
- 6) プリンの表面が乾いて膨れたら鍋をフライパンから出し、粗熱を取り冷蔵庫で冷やし、大きなお皿に鍋をひっくり返して乗せ、プリンを取り出し、カットして完成です。

<あとがき>

触感もなめらかなプリンが出来ました。カラメルも程良く苦くてプリンの甘さを引きたてています。オーブンで作るより簡単ですので是非挑戦して下さい。