

料理名	炭酸シークワサーゼリー	
レシピに使用した 県・市産品食材	沖縄市産シークワサー	
材料名	分量(2名分)	調理法/手順
シークワサー サイダー(常温) 砂糖 ゼラチン お湯	4個 300mL 大さじ2 5g 大さじ3	<ol style="list-style-type: none"> <li>① シークワサーの果汁を絞り出し、ザルなどで種と果汁を分ける。</li> <li>② 小鉢などに大さじ3のお湯を入れ、ゼラチンをふり混ぜ溶かす。</li> <li>③ ボウルにサイダー、①の果汁、②のゼラチン、砂糖を入れ混ぜる。※サイダーはゼラチンと混ぜる時、固まらないように必ず常温に。※全ての材料を入れたら、炭酸が抜けないように混ぜすぎない。</li> <li>④ ③を冷蔵庫に一晚寝かせて、固める。</li> <li>⑤ 出来上がったら、少し崩しながら器に盛り付けて、半分に切ったシークワサーを(分量外)を飾ったら出来上がり♪※お好みで、追いシークワサーをしてもOK。</li> </ol>
料理 PR	自由研究で沖縄市産の食材を調べに、ファーマーズマーケットに行った時に、シークワサーを見つけて作りました。	



エネルギー：125 kcal

食塩相当量：0 g

