

涼風桃（桃の冷製ソース）

調理時間 20分

《 材 料 》 4人前 《 作り方 》

桃のコンポート

白 桃 2個
砂 糖 大 8
レモン汁 大 4
水 2カップ
ミント 適量

桃のソース

桃の煮汁 残り分
洋 酒 小 2
色粉(赤) 適量
片栗粉 小 4
水 小 4

皮付きのまま桃を半分に切り、種を取り除きます。

鍋の中に桃・水・レモン汁・砂糖を入れ、落とし蓋をして弱火にかけます。

沸騰してくれば火を止めて、鍋を氷水につけ冷まします。

全体が冷えたら桃の皮をはずします。

鍋の中に残った煮汁を火にかけて、水で溶いた片栗粉で少しとろみをつけ、赤の色粉を加えてソースを作り、香りづけに洋酒を加えます。

器に桃のコンポート・ソース・ミントを飾りつけ冷たくしていただきます。



【おいしさのヒミツ】

弱火でじっくり火にかけると煮くずれしません。

お料理上手メモ

桃は皮のまま煮ると、きれいに皮がはずせます。

(1人分)

エネルギー	たんぱく質	脂 質	炭水化物	食塩相当量
91 kcal	0.1 g	0 g	22.0 g	0 g

制作：みかしほ学園 日本調理製菓専門学校・日本栄養専門学校

<http://www.mikashiho.ac.jp>