



エコープマーク品かわら版



発行所

JAライフレイト福島

食品企画課

リニューアル

プリン
の素

96g

(32g×3袋)

カラメルシロップ

30g

(10g×3袋)

編集後記

前回に引き続き牛乳を使ったデザート商品を紹介しました。今回の3商品に共通する原材料の一つに寒天があります。寒天は100%海藻で作られており、食物繊維が最も多い食品です。また、塩分を体から排出するカリウムも野菜と同様、豊富に含まれています。

長野を代表する名産品の一つに寒天があります。長野は塩分摂取が全国一ですが、長生きも男女ともナンバーワンです(参考までに福島は男4位、女38位)。長野は野菜摂取も全国一で、寒天もよく食することで健康が維持されているという報道があります。長寿者がよく飲む牛乳と寒天を一度に簡単に調理できる商品は他にはないでしょう。

(渡辺 幸一)

新商品 デザート

牛乳使った
第2弾!

レンジで
超簡単!

作り方

1袋(32g) 約4人分

①



耐熱容器に牛乳300mlを用意し、電子レンジで加熱します。

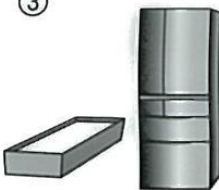
加熱時間の目安(牛乳300ml)
500W:約4分 600W:約3分30秒
※電子レンジから取り出すときに火傷にお気をつけください。
※鍋で作る場合は沸騰直前で火を止めてください。

②



①に「牛乳かんの素」1袋(32g)を加え、泡立て器で約1分間かき混ぜ、よく溶かします。

③



適当な容器に注ぎ、冷蔵庫で冷やし固めます。

④



お好みの大きさに切り分けてお召し上がりください。

※調理後はお早めにお召し上がりください。



(32g×3袋)

ミルクプリンの素

新商品



(32g×3袋)

牛乳かんの素

新商品



(10g×3袋)

カラメルシロップ

(32g×3袋)

プリン
の素