

# 6月4日2年生



えびマヨ、中華スープ  
ごはん、マンゴープリン



## 【海老マヨ】

<材料・2人分>

◎エビ 10尾 ◎塩 少々 ◎こしょう 少々 ◎片栗粉 少々 ◎レタス 適量  
[B] マヨネーズ 100g ◎コンデンスミルク 15g ◎マスタード 少々

<作り方>

- ① エビは皮をむき、背から包丁を入れ開く。背ワタをとり、塩、片栗粉でよくもみ、水洗いをする。
- ② エビの水気をふき取り、調味料で下味をつける。全体に片栗粉をまぶしつけ、油で揚げる。
- ③ 揚げたエビを [B] で和える。
- ④ レタスをちぎり、その上に③を盛る。

## 【中華スープ】

<材料・2人分>

◎春雨 10g ◎青梗菜 1/2株 ◎卵 1/3個 ◎鶏ガラスープ 300cc  
◎塩・こしょう

<作り方>

- ① 青梗菜は1cm幅に切る。春雨は軽く茹でておく。
- ② 鶏ガラスープで青梗菜を茹で、春雨、溶き卵を加え、塩・こしょうで味を整える。

## 【マンゴープリン】

<材料・2人分>

◎卵黄 3個 ◎砂糖 65g ◎マンゴー 1缶 ◎ミルク 350g ◎アガー 小さじ2  
◎バニラエッセンス 少々 ◎生クリーム 50cc

<作り方>

- ① 卵黄に砂糖の半分の量を入れ、混ぜ合わせる。
- ② 残りの砂糖とアガーを混ぜ、牛乳に入れ、火にかける。プツプツになったら、火を止めて、黄身のボウルに移し、馴染ませもう一度鍋にかける。弱火で再度プツプツになったら、生クリーム、バニラエッセンスを加える。型に入れ、切ったマンゴーを入れ、冷蔵庫で冷やす。