

## ぶどうの杏仁豆腐

— 3人分 —



ぶどう	適量
杏仁豆腐のもと	40g
水	250mℓ
ぶどうジュース (果汁100%のもの)	250mℓ
ミント	適量

<http://www.nhk.or.jp/tokushima/imakore>

- 1 水、杏仁豆腐のもとを鍋に入れ、とけるまで混ぜたらひと煮立ちさせる
- 2 1を器に移し、冷蔵庫で20～30分冷やす
- 3 ぶどうジュース(100%のもの)、杏仁豆腐のもとを鍋に入れ、溶けてひと煮たちしたらバットに移して固まるまで冷やす
- 4 ぶどうの皮をむく Point: フォークを使うときれいにむきやすい
- 5 杏仁豆腐の上にぶどう、3をのせ、最後にミントを飾って完成



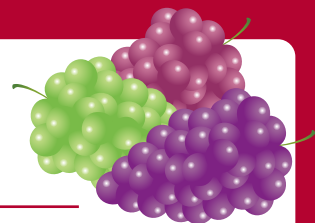
### 今回の食材 **ぶどう**

【ぶどうの品種】 シャインマスカット、ピオーネ、巨峰、デラウェアなどがある

【ぶどうの旬】 7月中旬～9月中旬 種なしの栽培により旬が前倒しになっている

軸が緑色のもの

【見分け方】 白くもっているもの(ブルームといい、病気を防いだり、鮮度を保つ役割がある)  
実に張りがあるもの



保存するときは袋にくるんで冷蔵庫で保存し、なるべく早く食べる