

キャロットジャムサンド

12月の人気メニューは、キャロットジャムサンドです。

人参といんごの甘みがとても良く合う美味しいジャムサンドです。人参嫌いなお子様もとてもよく食べていました。キャロットジャムは沢山作っておいて普段の朝食にもおすすめです。



キャロットジャムの材料(4人分)

人参	中1本(200g)
りんご	中1個(200g)
砂糖	95g
レモン汁	10g



作り方

1. りんごは皮をむき、イチョウ切りにして柔らかくなるまで電子レンジで加熱します。
2. 人参もイチョウ切りにして柔らかくなるまで電子レンジで加熱します。
3. りんごと人参を一緒にミキサーにかけます。
4. 3を鍋に入れ、砂糖を加えてとろみがつくまで煮ます。*焦げやすいので弱火で煮てください。
5. レモン汁を加えて、冷ましたら完成です。