



Harb Recipe.3

レモングラスと紅茶のゼリードリンク

20
kcal

いつもの紅茶にレモングラスを
加えて飲むゼリー風に

材料 (1人分)

レモングラス (ドライを刻んで)
.....ティースプーン1杯
熱湯.....200ml
紅茶.....ティースプーン1/2杯
粉ゼラチン.....4g
熱湯.....40ml
オリゴ糖.....大さじ1
飾り用レモングラス.....少量

作り方

1. レモングラスをポットに入れ熱湯100mlを注ぐ。5分蒸らし、茶こしなどでこして容器に入れる。
2. 紅茶も熱湯100mlを注いで3分蒸らし、茶こしなどでこす。
3. ゼラチンを2gずつ分け、熱湯を20mlずつ混ぜて溶かす。
4. 3を1と2それぞれに加えて混ぜ、冷蔵庫で冷やし固める。
5. 2、1の順にグラスに2層に入れ、オリゴ糖をかける。あればレモングラスの生葉を飾る。