

お家にあるもので！

まつはししゅうたろ

# 家事えもんこと松橋周太呂の簡単！アレンジレシピ 砂糖を全く使わずに作れちゃう！“みりんシロップ”が決めて！



## みりんプリン

実はシロップとして重宝できる！  
を使っているいろいろアレンジ！

### ＜材料＞2～4人前

|      |       |
|------|-------|
| 本みりん | 200cc |
| 牛乳   | 200cc |
| たまご  | 2個    |

### みりんフルーツジャム

|      |       |
|------|-------|
| 本みりん | 100cc |
| いちご  | 100g  |



## 作り方

- ①まず **みりんシロップ** を作ります。小さな鍋（テフロン加工だとより良い）で、みりんを半分の量100ccくらいになるまで約4～5分煮詰めて、ボウルに入れ、粗熱を取り、冷します。
- ②冷ましたみりんシロップに、牛乳、卵、を加えてよく混ぜます。  
**口当たりをなめらかにするワザ！** **ザルでこす** お好みで4～6個の耐熱容器に分け、ホイルで蓋をする
- ③大きめの鍋に、お湯を1～2cmくらいの深さで張って、沸かしておきます、そこにプリンを入れ、鍋のフタをして、ごく弱火で約8分ほど蒸します、様子を見てゆるい時はもう少し追加で蒸す。
- ④温かいままの釜揚げプリンでも美味しいですし、粗熱を取ってから冷蔵庫で冷やしてもよし！  
最後にみりんジャムをかけて完成

## 色々使える みりんシロップ！

みりんシロップは砂糖やハチミツの代わりに！  
トーストやホットケーキにも使えるので、  
食卓にジャムがない！砂糖が切れた！  
ハチミツを買い忘れたなんて時！

お助けアイテムになるかも！  
しょうゆをほんの少し混ぜたらみたらシロップに！

みりんは、もち米からできているため  
オリゴ糖やブドウ糖など様々な糖を含んでいおり  
複雑で優しい甘み持っている、アルコール分を  
飛ばすことで、ハチミツのようなシロップになる！

## フルーツみりんジャム

＜材料＞  
本みりん 100cc      いちご 100g  
(今回はいちごを使用したがりんごなど他の果物でも)

**作り方**  
小さな鍋（テフロン加工だとより良い）に  
みりと角切りにした果物を入れ、  
弱火で半分の量になるまで煮詰め、粗熱を取って完成  
**※普通のジャムより日持ちしません！**

冷蔵庫で保存して大体1～2日で食べ切りましょう！