

夏

愛南ゴールドのゼリー



材料（6個分）

愛南ゴールド 2と1/2カップ
（絞り汁）

水 1/2 カップ

粉寒天 4g

砂糖 50g

【作り方】

- ① 愛南ゴールドは半分に切り絞っておく。
- ② 鍋に水、粉寒天を入れて混ぜながら火にかける。
- ③ 沸騰したら、そのままかき混ぜながら煮溶かす（1～2分）。
- ④ 砂糖を加え、溶けたら愛南ゴールドの絞り汁を入れてかき混ぜる。
- ⑤ 型に流し込み、粗熱をとって冷蔵庫で冷やし固める。

栄養価（1人分）

エネルギー 64kcal

たんぱく質 0.8g

脂 質 0.1g

カルシウム 13mg

塩 分 0g

な～し君の声



愛南ゴールド

使用している愛南産の農水産物

愛南ゴールドは、爽やかな酸味とさっぱりした味わいが特徴です。夏場に収穫できる希少な柑橘で、愛南町は全国生産量日本一です。



果肉をたっぷり入れたゼリーは、とてもおいしいな～し！