

りんごのプリザーブ

手動

レンジ

600W

加熱：9~12分

使用付属品

テーブルプレート
底面

カロリー

774kcal

塩分

0g

※カロリーと塩分は1人分または1回に作れる分量の値です。

このレシピはMRO-S8A対応レシピです。

材料	直径21cmのアップルパイ・1個分
りんご（紅玉またはふじ）	3個
A 砂糖	80~120g
A レモン汁	大さじ1
シナモン	少々

作りかた

- りんごは皮をむいて、タテ4つ割りにして5mm厚さのいちよう切りにし、塩水につけてからかるく水洗いをして、水けを切る。
- 大きめの耐熱容器に①とAを入れてかき混ぜ **レンジ 600W 9~12分** で加熱する。
- ②のアクを取って混ぜ、再び **レンジ 600W 6分30秒~9分** で加熱する。シナモンを加えて混ぜ、冷めてからザルに上げて汁けを切る。

