

手動

# 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-W10A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

1. 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。
2. 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。
3. 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。