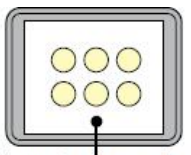




作りかた

1. 給水タンクに満水ラインまで水を入れてセットする。
2. 耐熱容器にAを入れ **レンジ** **500W** **4~5分** で様子を見ながら加熱し、カラメル色になったら水を加える。（このとき、ソースが飛び散るので注意する）
3. 耐熱ガラス容器に②を小さじ1ずつ入れる。
4. 別の耐熱容器にBを合わせて入れ **レンジ** **500W** **2~3分** で加熱し、かき混ぜて砂糖を溶かす。卵黄と合わせ、裏ごししてバニラエッセンスを加え、③の容器に分け入れる。
5. 黒皿に厚めのキッチンペーパーを2枚重ねにして中央に敷き、水カップ1/4（分量外）を注ぎ入れ、その上に④を図のように並べ、**中段**に入れ **152 柔らかプリン** で加熱する。



キッチンペーパー

6. あら熱が取れたら冷蔵庫で冷やす。

加熱の目安

加熱：約26分

1回に作れる分量

6個分

使用付属品

 **黒皿 中段**
テーブルプレート

 **給水タンク 満水**

カロリー

213kcal

塩分

0.1g

※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。

材料

直径約7cm、高さ約6cmの耐熱ガラス容器6個分

<カラメルソース> **A** 砂糖

40g

<カラメルソース> **A** 水

大さじ1・1/2

<カラメルソース> 水

大さじ1/2

<卵液> **B** 牛乳

カップ1・1/4

<卵液> **B** 生クリーム

100mL

<卵液> **B** 砂糖

50g

<卵液> 卵黄(溶きほぐす)

4個分

<卵液> バニラエッセンス

少々

プリンのコツ

加熱する前の卵液の温度は

柔らかプリンは38~40℃、**かぼちゃプリン**は30~35℃、**プリン**は約30℃にします。

加熱室は冷ましてから

オープン、**グリル**、**脱臭** 使用後で、加熱室が熱いとうまく仕上がりにません。

柔らかプリンを手動調理で調理するときは

作りかた⑤を参照し、**中段**に入れ **過熱水蒸気オープン** **予熱無** **120℃** **28~32分** で加熱します。

加熱をスタートしてから約20分後に再度給水タンクの水を満水ラインまで入れてセットします。