

▷ しゅわしゅわチョコレートムース



《材料》 デザートカップ 3~4個分

- ・ビターチョコレート … 1枚(約50g)
- ・マシュマロ …………… 100g
- ・牛乳 …………… 200g
- ・ホイップクリーム … お好みで適量

《作り方》

- ①溶けやすいようにチョコレートをわっておく。♪
- ②鍋に牛乳を入れ中火にかけ、牛乳の周りがふつふつしてきたらマシュマロを加える。
- ③マシュマロが完全に溶けるまでヘラで混ぜる。火は弱火、ふきこぼれそうなら火を止める。
- ④マシュマロが溶けたらチョコレートを加え、ヘラで混ぜながら完全に溶かす。
- ⑤器にいれ、固まるまで冷蔵庫で冷やしたら出来上がり！(お好みでホイップクリームを)

《ポイント》

- ◇ゼラチンや卵を使わないので簡単に作れます♪
- ◇カロリーが高いので普段なかなかカロリーをとれない方におすすめ♪
- ◇火にかけている間や、溶かしている間はヘラで混ぜ続けること♪