



ココアを使った大人の味のプリン。甘さ控えめなので男性にも！

材料（高さ3～4cmのココット4個分）

ココア・・・・・・・・・・10g	アラザン・・・・・・・・適量
卵・・・・・・・・・・1個	チョコスプレー・・・・適量
牛乳・・・・・・・・・・150ml	
生クリーム・・・・・・・・50ml	
砂糖・・・・・・・・・・大さじ1と1/2	

作り方

- ① ボウルにココアを入れて牛乳を少しずつ加えながら混ぜ、生クリームも加えて混ぜる。
- ② 別のボウルに卵を溶き、砂糖を加えて混ぜ、①を加える。砂糖が溶けるまで混ぜたら、ザルでこす。
- ③ ②をココットに4等分にし、キャセロールに器を並べ、水300ml（分量外）をまわりに注ぐ。蓋をして調理モード[蒸す]で5分蒸し、キャセロールから取り出しそのまま冷ます。
- ④ 上にアラザンとチョコスプレーをふる。