

杏仁豆腐



杏仁はアズキの種の中身である仁です。甘く香りの弱い南杏と香りは強く苦い北杏を混ぜて作ります。杏仁が手元になければ同量の杏仁霜で代用してもよいでしょう。北杏には咳などに効能がありますが、青酸が含まれており摂取量には注意しなければなりません。また、北杏の量が多いと苦くなりますから南杏を多めにするとよいでしょう。固まる前に杏仁を加えることで香りが強く残ります。

材 料【4人分】

牛乳	270ml	シロップ
水	130ml	
杏仁	大さじ 2	砂糖・水 各同量
砂糖	大さじ 1	氷 適量



杏仁をスリ鉢で搗るか、ミルなどで細かくしましょう。杏仁粉の状態で購入してあっても目が粗いことがあるので、ミルなどにかけるのがおすすめです。杏仁を細かくしたら水を加えて置いておきます。



寒天と砂糖を合わせ少量ずつ牛乳を加えながらしっかり混ぜ、これを火にかけて沸騰させます。焦げ付かないよう優しくかきまぜましょう。沸騰したら火を止め粗熱をとり、先に用意した杏仁を掻き混ぜながら少量ずつ加えます。バットまたは器に流し、冷蔵庫で冷やし固めます。



バットに流した場合、菱形に切りましょう。縦に刃を入れ、それから斜めに刃を入れると綺麗に菱形になります。用意したフルーツまたはクコの実を添えると美味しくいただけます。杏仁の香りが美味しい余韻を与えます。

◇ シロップ作り ◇

砂糖と水を同量合わせ火にかけます。沸騰したら氷を入れて一気に冷やします。お好みでアーモンドオイルなどを滴下してもよいでしょう。



面倒なら缶詰のシロップを使ってもよいでしょう。

私はライチ缶を使うのが好きです。

おいしくできましたか？

親しい人と食べる甜品は格別です。