

ポリ袋でプリン



あべの親子防災部 @cook_40310823

簡単にプリンが作れます！

このレシピの生い立ち

災害時に甘いものを食べられるようにぜひ平常時にもやってみてください。



材料

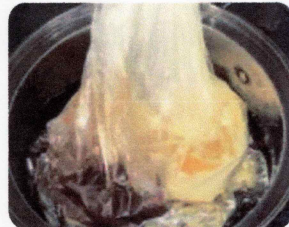
| | |
|------------|-------|
| 人数 | 4人分 |
| 牛乳 | 200cc |
| 卵 | 2個 |
| 砂糖 | 大さじ4 |
| 高密度ポリエチレン袋 | 1枚 |

作り方

- 1 卵を高密度ポリエチレンにいれる
- 2 袋の外から混ぜる
- 3 牛乳・砂糖をいれてシェイクする



- 4 空気を抜いて袋を結ぶ
- 5 沸騰した鍋に耐熱皿を敷いて弱火で10分加熱する



- 6 完成
カラメルかけてみました。

