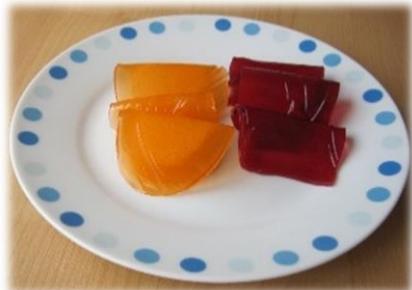


野菜ジュースグミ

＜材料＞

好みの野菜ジュース	75ml
粉ゼラチン	20g
はちみつ	35g
レモン汁	15ml



＜作り方＞

- ① 鍋に野菜ジュースとレモン汁を入れ、かき混ぜながら粉ゼラチンを振り入れて約15分ふやかす。
- ② ①にはちみつを加え、弱火で煮溶かす。
- ③ ②を容器に入れて粗熱がとれたら、冷蔵庫で10分かためる。

★ 一口メモ ★

グミはドイツ語でゴムを意味するGumm iに由来します。しっかり噛むことで、子どもの歯の病気を防ごうと1920年代に作られたお菓子。果物のジュースでも作ってみてね。