

Healthy

角寒天の基本

1、煮溶かす



たっぷりの水でもみ洗いし、水を3回位変える。



サラダの場合は3分位、固める場合は30分以上水に浸す。



よく絞って分量の水にちぎって入れる
(1本に対して500cc)



中火にかけ、沸騰したら弱火にして自然に煮溶かす。



こしながら型に流す。



2、混ぜる

①温度を同じくらいにする

★牛乳やヨーグルトなどを加えるときは、寒天液と同じ温度にして加えると分離しません。

★加熱できないもの（泡立てた卵白、ホイップクリームなど）は寒天液をさましてから加えると、ふんわり固まります。

②濃度の高いものの方に寒天液を少しずつ加える

★あんなど濃度の高いものを固めるときは、濃度の高いものに寒天液を加えていきます。

③粗熱をとってから冷蔵庫へ

★寒天は常温で固まります。さわっても熱くない程度に冷水で冷ましてから、冷蔵庫で固めましょう。

(冷水でも固まります)

④砂糖を加える前によく煮溶かす

★角寒天は沸騰を続けながら煮溶かします。

★糖分が加わるとそれ以上煮溶かすことができません。ぶつぶつがないか、よく確かめてから砂糖を入れましょう。

⑤酸はかたまりを悪くします

★レモン汁に代表される酸は寒天をゆるくします。風味付け程度は大丈夫です。