



## 洋梨のクラフティー



### 材料(10個分)

たまご	(約150g)M3個
砂糖	60g(大さじ7弱)
コーンスターチ	15g(大さじ2・1/2)
牛乳	200g(1カップ弱)
生クリーム	150g(3/4カップ)
洋梨缶詰	200g
アルミカップ(ココット皿でも可)	10個



### つくり方

- ① 洋梨缶詰を食べやすい大きさに切る。
- ② ①をアルミカップに入れる。
- ③ ボウルにたまごを割り、砂糖、コーンスターチ、牛乳、生クリームを混ぜ合わせる。

★お手伝い POINT★ たまごを割ってみよう!

★お手伝い POINT★ 材料を混ぜ合わせてみよう!

- ④ ③をアルミカップに入れ、180℃のオーブンで10~15分程度焼く。

### 栄養士よりワンポイント

洋梨缶詰の代わりに、桃の缶詰やブルーベリー、オレンジ等でも美味しくできます。