



# おうちでエンジョイ!へこまん生活 「簡単コーヒーゼリーの作り方」



## 【材料】

- ペットボトルの  
ブラックコーヒー：500ml
- 粉ゼラチン           ：10g

◎お好みで、バニラアイス



紅茶や抹茶飲料  
などでもアレンジ  
可能です!



## 【作り方】

- ① ペットボトルからコーヒーを約 1/3 (150ml 程度) 耐熱カップに移す。
- ② ①に粉ゼラチンを入れ軽く混ぜ、レンジで 30~40 秒程温める。
- ③ ②をペットボトルに戻し (注ぎ難い場合は計量カップなどで!) 振り混ぜる。
- ④ ③を冷蔵庫で 3 時間ほど冷やしたら、ペットボトルから押し出し盛り付ける。
- ⑤ お好みでアイスクリーム等を添える。



『おうちでエンジョイ!へこまん生活』は  
コチラから。  
介護予防情報を定期的に発信しています。

松山市社会福祉協議会 2023

