

ariさん

県内在住。キッチンアドバイザーとして料理教室を開くなど幅広く活躍。「ごはん」から「おもてなしごはん」まで幅広い食シーンを提案してくれます。



ワンポイント

ジンジャーエールの他に、寒い冬はお湯で割ってホットジンジャーにビールで割ればシャンディガフになります



新し
し
よ
う
が

ジンジャーシロップ

材料(作りやすい量).....

しょうが.....150g
シナモンスティック.....1本
クローブ.....1個
黒砂糖.....100g
レモン.....2/3個
はちみつ.....10g
水.....150cc

作り方.....

- ①しょうがを皮のついたまま擦りおろす。
- ②レモン以外の全ての材料を鍋に入れる。
- ③弱火で火にかける。混ぜながら20分くらい煮る。
- ④ザルなどでこす。
- ⑤粗熱をとる。
- ⑥レモンを搾ってできあがり。

※原液50ccに対して、炭酸水を200cc注いでジンジャーエールのできあがり

ジンジャーエール
1杯あたり
約143kcal