

# 夏野菜の コンソメゼリー

オクラのレンビ



涼しげな見た目がおしゃれな前菜

## 材料 (4人分)

|             |       |
|-------------|-------|
| オクラ         | 10本   |
| ミニトマト       | 5個    |
| ヤングコーン      | 10本   |
| むきエビ        | 5尾    |
| 水           | 500cc |
| 固形コンソメスープの素 | 2個    |
| 粉ゼラチン       | 10g   |
| 塩、コショウ      | 少々    |

## 下ごしらえ

オクラは塩(分量外)で板ずりをしておく。

## 作り方

- ① オクラとヤングコーンはさっと塩ゆでし、小口切りにする。ミニトマトは1/4の大きさに切る。
- ② むきエビは背ワタを取り、酒(分量外)をまぶしてからゆで、他の具材と同じくらいの大きさに切る。
- ③ 鍋に水 500cc と固形コンソメスープの素を入れ火をかける。固形コンソメスープの素が溶けたら、粉ゼラチンを加えて沸騰させる。
- ④ 器に具材を入れ、粗熱をとった(3)を流し入れ、冷蔵庫で固めます。