

## 咖啡凍

### 【材料】(一人份)

明膠片：3 克      咖啡粒：5~10 克      無糖煉乳：5 克  
煮甜甜：適量      水      : 100 c.c

### 【作法】

- 1、明膠片泡水 10 分鐘
- 2、煮甜甜加水以小火煮開
- 3、加入咖啡粒至溶解
- 4、將明膠片輕輕擠壓去除水分後，加入鍋內至溶解，將液體倒入杯中，去除表面泡沫後，放置冰箱冷藏
- 5、取出後，淋無糖煉乳於其上即完成

### 【營養成分】

熱量	醣類	蛋白質	脂肪	纖維
35.7 大卡	6.8 克	1.0 克	0.5 克	0.5 克