

障碍社通信

梅雨の過ごし方

梅雨ですね・・・🌧️

私のあまり好きではない季節がやってきました。

曇りや雨が続くと、どうしても気分が下がってしまうので、気分を上げるためにも、楽しい事を探しながら生活しています。

雨に濡れない水族館やプラネタリウムなど、外に出るのもいいですが、雨だからこそ、映画や料理、断捨離など、お家時間を存分に楽しむのもアリかなと思う今日この頃。そんな私が最近、作ったお勧め簡単デザートをご紹介します☆

★★濃厚クリーミーなパナコッタ★★

<材料>カップ3つ分

- ・生クリーム…200cc
- ・牛乳…150cc
- ・砂糖…30g
- ・水…大さじ2
- ・ゼラチン…5g

<作り方>

- 1、水にゼラチンを入れ、ふやかしておく
- 2、鍋に生クリーム、牛乳、砂糖を入れ、中火で混ぜながら沸騰直前まで加熱し火をとめる
- 3、ふやかしておいたゼラチンを加え、混ぜながら溶かしたらボウルに移す
- 4、ボウルの底を氷水に当てて、ゴムベラでゆっくり混ぜながら粗熱をとる
- 5、とろみがついたら4を器に流し入れ冷蔵庫で2時間以上冷やす

混ぜて固めるだけなので、簡単に出来上がります♪

手作りデザートを食べながら、録り溜めたドラマや

映画でも観て、梅雨の休日を楽しんでみてはどうでしょうか♪



相談窓口のご案内です

障害社では相談窓口を設置しています。直接、所長や担当者に繋がります。お困りの事がございましたら、下記 URL から相談内容をご確認の上、担当者へお問い合わせください。

相談窓口 <https://shogaisha.co.jp/staff/#consultation>

Facebook、Instagram のご紹介です。

当事者スタッフが重度訪問介護を利用した日常生活、趣味や好きな物などのプライベート画像を投稿しています。是非、ご覧になりフォローとシェアをお願い致します。

下記の QR コードを読み取りご覧ください。

