

g-max cooking no.31 手作りアイスクリーム



夏にピッタリの手作りアイス★
お子さんと一緒に、楽しく作って
みてくださいね～(^^)

【材料】

★定番ミルクアイスクリーム

- ・生クリーム 100cc
- ・牛乳 100cc
- ・砂糖 大さじ1
- ・塩 適量

★チョコバナナアイス

- ・生クリーム 100cc
- ・牛乳 100cc
- ・砂糖 大さじ1
- ・塩 適量
- ・チョコチップ 適量
- ・バナナ 1本

★豆乳ココナッツアイス

- ・無調整豆乳 200cc
- ・卵 1個
- ・砂糖 大さじ1
- ・塩 適量
- ・エキストラバージン
ココナッツオイル
大さじ1

【作り方】すべて同じ

- ① 材料をすべて**スピードカッター**に入れて混ぜる。
(チョコバナナアイスのチョコチップだけは、最後に加えます。)
- ② **スピードカッター**のフタをはずして、容器ごと冷凍庫に入れて1時間冷やす。
- ③ 1時間経ったら取り出し、混ぜる。
- ④ さらに30分冷凍庫で冷やす。
- ⑤ 30分経ったら取り出し、混ぜる。
- ⑥ さらに30分冷やしたら、スプーン等ですくって器に盛り付ける。
★冷やして混ぜるという作業を繰り返すことで、アイスに空気が入りなめらかな食感になります！

監修：  ジーマックス株式会社 管理栄養士

Memo