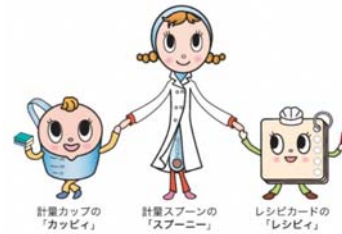


# 女子栄養大学 × 多賀城古代米

～多賀城市食生活改善推進員協議会 協力～

女子栄養大学  
食文化栄養学科生  
考案レシピ



## 古代米もなかアイス



### おすすめポイント

- ★ ごはん×アイスで新感覚デザート！！
- ★ 黒蜜をかけることでおいしさがより引き立ちます！
- ★ グルテンフリーなので小麦アレルギーの方でも食べられます！

### ●使用器具

泡だて器・ボール・ゴムベラ・冷凍用の容器・アイスディッシャー（スプーン代用可）

### ●材料（アイスディッシャー小約13個分）

卵黄	2個	生クリーム（乳脂肪35%）	180ml
砂糖①	35g	砂糖②	25g
古代米米粉（うるち）	25g	バニラエッセンス	5滴
古代米（ごはん）	25g	黒蜜	適量
牛乳	180ml	もなか	1個
塩	1g		

### ●作り方

- ①卵を卵黄、卵白に分ける。
- ②卵黄を泡立て器でよく溶いてから、砂糖①、米粉、古代米（ごはん）、牛乳、塩を加えてよく混ぜる。
- ③さらに、素早く混ぜながら生地がもたっとするまで湯煎で加熱する
- ④常温で③の生地を冷ます
- ⑤別のボウルに生クリームを入れて泡立て、さらに砂糖②とバニラ エッセンスを加え、9分立て（つのがよくたつくらい）に泡立てます。
- ⑥4に5を加え泡をつぶさないように全体をゴムベラで混ぜ合わせます。
- ⑦をタッパーなどの型やカップに流し入れ、冷凍庫で冷やし固めます。
- ⑧アイスクリームディッシャーで丸め、もなかにアイスを挟み、お好みで黒蜜をかける