

# 混ぜるだけアイス



写真は、マーマレードを使用しています

## 材料

ジャム・・・・・・・・120～150g 程度

※いちごジャム、ブルーベリージャム、<sup>いちじく</sup>無花果ジャム、

マーマレードなど好みの味のジャムを用意しましょう。

牛乳・・・・・・・・1カップ (200 cc)

生クリーム・・・・1パック (200 cc)

※生クリームは、植物性でも動物性でも構いませんが、動物性クリームで作ると、濃厚になります。

## 手順

1. タッパーやジップロック (袋タイプ) などの容器を用意する
2. ①にすべての材料を入れ、手で揉んで混ぜる  
※タッパーの場合は、スプーン等にかき混ぜる
3. 冷凍庫で凍らせる  
※途中で1～2回かき混ぜたり、袋の上から揉んだりすると仕上がりが良くなる

♪乳製品にアレルギーがある場合

牛乳→同量の豆乳

生クリーム→同量の豆乳ホイップクリーム に変更しても作れます