

オオバコアイスクリーム

程よい草の風味ともちっとした食感が楽しめるアイスクリーム。オオバコのように目に良いとされるブルーベリーやナツハゼのアイスクリームも一緒に作れば、見た目も美しい一皿に。

【材料】 3~4人分 * * * * *

■オオバコの葉 20枚

■水 100ml

■砂糖 60g

きび砂糖を使うとよりまろやかになります

■生クリーム 200ml



【作り方】 * * * * *

①オオバコの葉をさっと洗い、水100mlと一緒にミキサーにかける。

②①に砂糖を加えて混ぜ、耐熱容器に移して電子レンジ600Wで1分30秒加熱する。

*加熱することでオオバコの粘り気が出ます

③ボウルに生クリームを入れ、冷ました②を大さじ1入れて8分立てにする。

④残りの②を入れて混ぜたら、容器に入れて冷凍庫に入れて固める（目安2~3時間）。



web



facebook



instagram



飛驒で薬草のある暮らし