

# アイスクリーム

<材料>	1500g		
牛乳	1000cc	スキムミルク	100g
生クリーム（動物性）	400cc	乳化安定剤	6g
グラニュー糖	180g	バニラエッセンス	適量

## ①混合

グラニュー糖、スキムミルク、乳化安定剤をボールに入れ、よく混ぜておく。

## ②煮る

鍋に牛乳と生クリームを入れ、熱を加える。40℃になったら、①を少しずつ混ぜながら加えて、80℃まで熱する。

## ③冷却

鍋ごと氷を入れた水で30℃まで冷やし、バニラエッセンスを加える。

## ④フリージング

③をアイスクリームフリーザーに入れ、20～25分フリージングする。

★ 2倍量まで一度に作れます。その場合は、フリージング時間も倍にする。

100g 当たり エネルギー233kcal たんぱく質 5.1g 脂質 14.8g 炭水化物 23.7g カルシウム 167mg 食塩 0.2g

（所要時間：約40分）