

豆乳アイスクリーム

<材料>	1500g		
豆乳	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

鍋に豆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。

★ 1.5倍量まで一度に作れます。

100g 当たり エネルギー219kcal たんぱく質 5.3g 脂質 13.6g 炭水化物 18.6g カルシウム 103mg 食塩 0.1g

（所要時間：約40分）