

D.米粉アイス (Rice flour ice)

レシピの紹介

乳・卵を使用せず、豆乳・アルファ化米粉の粘性を活かしアレルギーの方でも食べられるよう工夫しました。アルファ化米粉のみの使用であるため、非加熱で食べることができます。調理工程も少なく、誰でも簡単に美味しいアイスが作れます!ジャムや冷凍ベリーを使用することで、アレンジも可能です。

○所要時間(20分 ※冷やし固める時間：約2時間)

○材料(2人分)

豆乳	75g
アルファ化米粉	5g
バニラエッセンス	数滴
豆乳ホイップ	100g
砂糖	30g

○作り方

1. 豆乳、アルファ化米粉、バニラエッセンス数滴をボウルに入れ、アルファ化米粉のダマが無くなるまで混ぜる。
2. 豆乳ホイップ、砂糖30gをボウルに入れ、ホイッパーで8分立てくらいまで泡立てる。
3. 2に1を加え、さっくり混ぜ合わせる。
4. 型に混ぜ合わせたものを流し入れ、冷凍庫で冷やす。
5. 固まったら盛り付けて完成。

写真

