

DOSHISHA

Otona

大人の

氷

FROZEN  
RECIPE

フローズンレシピ



# 楽しくお使いいただくための注意

## ●調理物を入れない状態で運転をしないでください。

空転させると軸が焼き付き、故障の原因となります。

## ●にんじん・たまねぎのみじん切りなど、

水を入れずに使用する際は6秒以内で止めてください。

## ●氷はロックアイスを使用しないでください。

固すぎる氷は、ブレードの破損の原因となります。

## ●氷は約2.5cm角以内（一個あたり約15g）の氷を

使用してください。

大きい氷は、ブレードが回転しない場合があります。

## ●固体物は2cm角に切ってからクリアカップにいれてください。

大きい固体物は、ブレードが回転しない場合があります。

## ●クリアカップのフタのツメは、取っ手に合わせて取り付けてください。

向きを間違えると本体にセットできない場合があります。

## ●ブレードの種類に合った調理をおこなってください。

氷専用刃と果物・野菜専用刃があります。

## ●ブレードが回らないときやモーター音だけのときは、

調理物が詰まっています。クリアカップを取りはずし、カップを振って内容物を混ぜてから、本体に取り付けてください。

それでもブレードが回らないときは、材料の大きさを小さくしたり、材料を減らすなど調整をしてください。その際にブレードの刃を手でさわらないでください。けがの原因になります。

## ●クリアカップを取り付けるときはクリアカップを回転台

から浮かさず、下の回転台にしっかりと合わせて回転させてください。

浮かせて回すと、しっかりと取り付かなかったり、取りはずすことができなることがあります。

## ●氷のかたまりが残る場合があります。

水分量が少なく凍ってしまったり、ジャムやシロップで粘度がある場合、大きな氷が残る場合がありますので液体物で調整してください。

## ●果物・野菜のかたまりが残る場合があります。

フラッシュ運転を繰り返し行ってください。

## ●フタにパッキンがついていることを必ず確認してください。

フタとクリアカップのあいだから、調理物があふれる場合があります。

※取扱説明書をあわせてご覧ください。 ※掲載の写真はイメージです。



## カフェモカ フローズン

氷専用刃

### 材料(2人分)

入れる順番	牛乳 … 100ml
	チョコレートシロップ … 40ml
	「インスタントコーヒー … 4g
	「お湯 … 20ml
	※あらかじめ溶かして置く
	ガムシロップ … 15ml
	氷 … 200g(約15個)

- 1 クリアカップに氷専用刃をセットする。
- 2 材料を上から順にクリアカップに入れ、最後に氷を入れる。
- 3 クリアカップにフタをして本体にセットする。
- 4 スイッチを押して約40秒回す。  
(好みで1分以内で調整してください。)
- 5 お好みで生クリームやチョコレートシロップなどをトッピングする。

※氷の状態によって、氷のかたまりが少し残る場合があります。

氷専用刃

# キャラメルバナナ フローズン

## 材料(2人分)

入れる順番	牛乳 … 120ml キャラメルソース … 60ml バナナ … 1本 (約 100g) 氷 … 200 g (約 15 個)
-------	--

- 1 クリアカップに氷専用刃をセットする。
- 2 材料を上から順にクリアカップに入れ、最後に氷を入れる。
- 3 クリアカップにフタをして本体にセットする。
- 4 スイッチを押して約 40 秒回す。  
(お好みで1分以内で調整してください。)
- 5 お好みで生クリームやキャラメルソースなどをトッピングする。

※氷の状態によって、氷のかたまりが少し残る場合があります。



# きなこ小豆 フローズン

氷専用刃

## 材料(2人分)

入れる順番	豆乳 … 140ml こしあん … 50 g ガムシロップ … 15ml きなこ … 15 g 氷 … 200 g (約 15 個)
-------	--

- 1 クリアカップに氷専用刃をセットする。
- 2 材料を上から順にクリアカップに入れ、最後に氷を入れる。
- 3 クリアカップにフタをして本体にセットする。
- 4 スイッチを押して約 40 秒回す。  
(お好みで1分以内で調整してください。)
- 5 お好みで生クリームやきなこ、つぶあんなどをトッピングする。

※氷の状態によって、氷のかたまりが少し残る場合があります。





氷専用刃

## いちごヨーグルト フローズン

### 材料(2人分)

- 入れる順番 ↓
- プレーンヨーグルト … 100 g
  - いちごジャム … 60 g (大さじ 3)
  - 練乳 … 40 g (大さじ 2)
  - 氷 … 200 g (約 15 個)

- クリアカップに氷専用刃をセットする。
- 材料を上から順にクリアカップに入れ、最後に氷を入れる。
- クリアカップにフタをして本体にセットする。
- スイッチを押して約 40 秒回す。  
(好みで 1 分以内で調整してください。)
- 好みで生クリームやチョコスプレーなどをトッピングする。

※氷の状態によって、氷のかたまりが少し残る場合があります。



果物・野菜専用刃

## グリーンベジースムージー

### 材料(2人分)

入れる順番	牛乳 … 150ml はちみつ … 30g(大さじ1と1/2) カットパイナップル … 120g 小松菜 … 60g
-------	---

- 1 クリアカップに果物・野菜専用刃をセットする。
- 2 材料を上から順にクリアカップに inserer。
- 3 クリアカップにフタをして本体にセットする。
- 4 スイッチを押して約30秒回す。  
(好みで1分以内で調整してください。)

※繊維質の多い材料は少しかたまりが残る場合があります。

# レッドベジースムージー

## 材料(2人分)

入れる順番	水 … 100ml
	レモン汁 … 20ml (約1/2個)
	はちみつ … 30g
	トマト … 100g
	りんご … 80g (約1/6個)
	赤パプリカ … 30g (約1/4個)



- クリアカップに果物・野菜専用刃をセットする。
- 材料を上から順にクリアカップに入れる。
- クリアカップにフタをして本体にセットする。
- スイッチを押して約30秒回す。  
(好みで1分以内で調整してください。)

※繊維質の多い材料は少しかたまりが残る場合があります。

# ポタージュスープ

## 材料(2人分)

入れる順番	牛乳 … 250ml
	水 … 50ml
	じゃがいも … 100g (約中1個)
	たまねぎ … 80g (約中1/4個)
	塩 … 小さじ1/2
	コンソメ顆粒 … 小さじ1/4



- クリアカップに果物・野菜専用刃をセットする。
- 材料を上から順にクリアカップに入れる。
- クリアカップにフタをして本体にセットする。
- スイッチを押して約30秒回す。  
(好みで1分以内で調整してください。)
- 鍋に移し、グツグツするまで煮込む。
- 好みでクルトンやパセリなどをトッピングする。

※繊維質の多い材料は少しかたまりが残る場合があります。



# 坂口もとこ Motoko Sakaguchi

料理研究家

2004年より料理教室

「mi casa tu casa」主宰。

季節感を意識した家庭料理をテーマに幅広く講座開催やレシピ開発を行う。

野菜ソムリエ資格を活かし、バランスのよい食事を実践するための食べ方、選び方、調理法、栄養学などを中心に講演活動も行う。消費者、生活者目線での実生活に基づいたレシピ提供、書籍出版、企業メニュー開発、食イベントプロデュースなどが好評を得ている。

## 主な著書

『アーモンドミルクのチカラ』

『塩レモンのチカラ』

『私のコメパン5週間』

『いつもほかほかパンのあるおいしい生活』

『ホームベーカリーで「ごはんパン」』など。

日本野菜ソムリエ協会ベジフルクッカー講師

日本フードビジネスコンサルタント協会理事

〈ホームページ〉 <http://www.micasatucasa.jp/>

「パンと野菜のある暮らし mi casa tu casa」

大人の氷フローズン  
他のレシピは  
ここからチェック!!

<http://www.do-cooking.com/koorifrozen/index.html>

