

DOSHISHA

か  
き  
氷

ア  
レ  
ン  
ジ  
レ  
シ  
ピ



レシピ監修  
料理研究家  
坂口もところ  
先生



※すべての掲載画像はレシピの量とは異なります。  
※画像はイメージです。

# — ヲ チョコレート氷 ヲ —



## 材料(製氷カップM 1個分)

チョコレートシロップ	30g
牛乳	120g
練乳	15g

## 作り方

- 1 ボウルに材料を入れてよく混ぜる。
- 2 1を製氷カップに入れ、冷凍庫に入れて凍らせる。
- 3 2を冷凍庫から出し、すぐに削る。  
お好みでトッピングをする。

※チョコレートシロップはメーカーによって氷の出来具合が異なります。

※凍らせた氷は時間がたつと溶けて削れなくなる場合があります。

# いちごミルク氷



## 材料(製氷カップM 1個分)

いちごジャム	60g
牛乳	100g
練乳	10g

## 作り方

- 1 ボウルに材料を入れてよく混ぜる。
- 2 1を製氷カップに入れ、冷凍庫に入れて凍らせる。
- 3 2を冷凍庫から出し、すぐに削る。  
お好みにトッピングをする。

※凍らせた氷は時間がたつと溶けて削れなくなる場合があります。

# チーズケーキ氷



## 材料(製氷カップM 1個分)

クリームチーズ	50g
ヨーグルト	50g
砂糖	20g
水	60g

## 作り方

- 1 ボウル、または小鍋に材料を入れ、電子レンジまたは火にかけ、砂糖とクリームチーズが溶けるまでよく混ぜる。
- 2 1の粗熱がとれたら製氷カップに入れ、冷凍庫に入れて凍らせる。
- 3 2を冷凍庫から出し、すぐに削る。お好みでトッピングをする。

※凍らせた氷は時間がたつと溶けて削れなくなる場合があります。

# 塩レモン氷



## 材料(製氷カップM 1個分)

レモン汁	25g
水あめ	15g
砂糖	25g
① 水	100g
塩	1g

## 作り方

- 1 ボウル、または小鍋に①の材料を入れ、電子レンジまたは火にかけ、砂糖が溶けるまでよく混ぜ、最後にレモン汁を加える。
- 2 1の粗熱がとれたら製氷カップに入れ、冷凍庫に入れて凍らせる。
- 3 2を冷凍庫から出し、すぐに削る。お好みでトッピングをする。

※凍らせた氷は時間がたつと溶けて削れなくなる場合があります。

# マンゴー氷



## 材料(製氷カップM 1個分)

マンゴーピューレ	150g
オレンジジュース	20g
砂糖	10g

## 作り方

- 1 ボウル、または小鍋に材料を入れ、電子レンジまたは火にかけ、砂糖が溶けるまでよく混ぜる。
- 2 1の粗熱がとれたら製氷カップに入れ、冷凍庫に入れて凍らせる。
- 3 2を冷凍庫から出し、すぐに削る。お好みでトッピングをする。

※凍らせた氷は時間がたつと溶けて削れなくなる場合があります。

# あずきミルク氷



## 材料(製氷カップM 1個分)

あんこ(つぶあん)	90g
牛乳	50g
水	30g

## 作り方

- 1 ボウルに材料を入れてよく混ぜる。
- 2 1を製氷カップに入れ、冷凍庫に入れて凍らせる。
- 3 2を冷凍庫から出し、すぐに削る。  
お好みでトッピングをする。

※凍らせた氷は時間がたつと溶けて削れなくなる場合があります。



# 坂口もとこ

## Motoko Sakaguchi

料理研究家/メニュープランナー

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」

## ～水で作るおいしいかき氷の削り方～

- ① 製氷カップで氷を作ります。  
水道水よりもミネラルウォーター(軟水)を使用すると  
おいしく作ることができます。
- ② 器は冷凍庫(または冷蔵庫)で  
冷やしておきます。
- ③ 氷を冷凍庫から出した後、しばらく  
常温で置いておきます。  
氷の表面が透明になり、少し溶けて  
きた状態が削り時の目安です。  
※冷凍庫から出してすぐの氷を削ると「ジャリジャリ」の氷に  
なってしまいます。
- ④ ②で冷やしておいた器に、ゆっくり  
ハンドルを回しながら削ってください。  
お好みの氷の状態になるように、  
削りながら、こまめに刃の調節をしてください。
- ⑤ シロップは氷に細くゆっくりと  
回しながらかけます。

