

# とろ雪

TOROYUKI

RECIPE



レシピ監修

料理研究家/メニュープランナー 坂口もとこ

DOSHISHA

## 削る前にお読みください

- ・レシピによって凍る時間が異なります。  
氷の状態を確認し、しっかり凍らせた氷をご使用ください。
- ・製氷カップから氷が取り出しにくいときは製氷カップを常温に数分置き、氷の表面を少し溶かすと取れやすくなります。
- ・冷凍庫から出し、凍らせた氷を長い時間放置すると氷が柔らかくなり削れなくなる場合があります。
- ・レシピによっては材料が沈殿し、製氷カップ内で分離する場合があります。
- ・冷凍フルーツは氷ケース底面に均一に入れてください。  
スパイクが空回りする原因になります。
- ・製品構造上、氷ケース内に氷や冷凍フルーツが残りますが故障ではありません。
- ・刃の高さ調節ダイヤルを時計回りに回して、最も細かい設定にして少しずつ刃を高くして削ってください。  
※調整ダイヤルを回しすぎるとカチカチと音がしますが故障ではありません。  
※最初から高い設定で削るとスパイクが空回りして削れません。  
※氷の状態により削り具合は変化するので、必要に応じてこまめに調整ダイヤルの調節をしてください。
- ・製氷カップに入れる容量は、8分目以下までにしてください。
- ・写真は全てイメージです。

取扱説明書とあわせてご覧ください。



坂口もとこ  
Motoko Sakaguchi

料理研究家/メニュープランナー

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」』

『バラバラ家族のぬくもりごはん』など。

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〉 <https://www.mottibenton.co.jp/>

# いちご&バナナ ヨーグルト氷

ビタミンCなどの  
栄養がたっぷりで  
うれしい!

甘さ控えめの  
体にやさしい  
かき氷



## 材料(製氷カップM 1個分)

バナナ	50g	いちご	20g
お好みのヨーグルト	80g		
牛乳	30g		

## 作り方

- 1 保存袋にバナナ、ヨーグルト、牛乳を入れ、手でバナナをつぶすように揉みこむ。
- 2 1といちご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。

# リッチチョコいちご氷



## 材料(製氷カップM 1個分)

ココア飲料	120g
チョコレートシロップ	30g
いちご	50g

## 作り方

- 1 ボウルにココア飲料とチョコレートシロップを入れてよく混ぜる。
- 2 1といちご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。

# バナナクッキーミルク氷



## 材料(製氷カップM 1個分)

バナナ	50g	練乳	10g
ココアクッキー	2枚		
牛乳	110g		

## 作り方

- 1 ボウルに牛乳と練乳を入れてよく混ぜる。
- 2 1とカットしたバナナ・ココアクッキー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。

# キウイ&パイナップル ヨーグルト氷



## 材料(製氷カップM 1個分)

飲むヨーグルト	90g	はちみつ	5g
キウイ	50g		
パイナップル	50g		

---

## 作り方

- 1 ボウルに飲むヨーグルトとはちみつを入れてよく混ぜる。
- 2 1とカットしたキウイ・パイナップル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。

# グレープ& ブルーベリー氷



## 材料(製氷カップM 1個分)

乳酸菌飲料	120g
ブルーベリージャム	20g
ぶどう	50g

---

## 作り方

- 1 ボウルに乳酸菌飲料とブルーベリージャムを入れてよく混ぜる。
- 2 1とぶどう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。



# 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。

# プリン氷



## 材料(製氷カップM 1個分)

牛乳	100g
卵	1個
砂糖	30g
生クリーム	50g
粉ゼラチン	2g
バニラエッセンス	少々

## 作り方

- 1 ボウルに牛乳と砂糖と粉ゼラチンを入れて15分ほどふやかす。
- 2 別のボウルに卵と生クリームを入れて混ぜる。
- 3 1を600wで1分電子レンジで加熱し、2と混ぜたらバニラエッセンスを加え、粗熱が取れたら製氷カップに入れ、冷凍庫に入れて凍らせる。
- 4 3を冷凍庫から出し、すぐに削り、キャラメルソースをかける。

### <キャラメルソースの作り方>

- |           |                                |
|-----------|--------------------------------|
| 砂糖・・・大さじ1 | ① 砂糖と水を耐熱容器に入れ混ぜ、ラップ無しで電子レンジ   |
| 水・・・小さじ2  | 600wで2分～3分(お好みの茶色に色づくまで)加熱する。  |
| お湯・・・小さじ2 | ② ①にお湯を加え(はねるので注意)、よく混ぜて出来上がり。 |



# 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。お好みでトッピングをする。

# あずきミルク氷



## 材料(製氷カップM 1個分)

あんこ(こしあん)	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。

# チョコレート氷



## 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。

# 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
★ 水	100g
塩	1g

## 作り方

- 1 ボウル、または小鍋に★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。