

11月12日(土)放送

# 「イチゴミルク」ジェラート

レシピ監修 エコール 辻 東京 百野 浩史先生



ローマの休日のジェラートを想像して作った「イチゴミルク」ジェラートは番組特製のレシピです。

## 材料 ~ 4~5人分 ~

イチゴ（フレッシュなもの）	300g
グラニュー糖（又は上白糖）	45g
牛乳	150ml
氷（クラッシュ）	
塩（氷の20%）	

## 作り方

Prepare  
準備

- イチゴはヘタの部分を落とし、洗って水切りしておく。
  - 筒状のガラス容器を用意し、冷蔵庫（冷凍庫）で冷やしておく。
- ※今回使用したのは、直径10cm、高さ20cm、容量1000mlのガラス製ビーカー。

## 作り方

### 味わいのキメテは「素材のフレッシュさ」「なめらかな口当たり」

#### Step 1 ステップ 1

イチゴをハンディプロセッサーなどでつぶし、  
ピューレ状にする。



#### Step 2 ステップ 2

ステップ 1 にグラニュー糖と牛乳を加えて混ぜ合わせ、  
冷蔵庫に入れて、よく冷やしておく。  
※イチゴに甘みが足りなければ、砂糖の量を増やすなど  
味見をしながら調節する。



#### Step 3 ステップ 3

深めのボウル又は、パスタパンなど深さのある  
容器を用意し、クラッシュアイスをつっぷり入れ、  
塩（氷の 20%）を振り入れて混ぜる。  
※かなり冷たいためゴム手袋をはめたり、スコップを使うなど  
して長時間氷を素手で触らないようご注意ください。



#### Step 4 ステップ 4

冷やした筒状のガラス容器をステップ 3 の氷に押し込み、  
ステップ 2 のジェラートベースを入れてよく混ぜる。



#### Step 5 ステップ 5

しばらくすると（4～5分）、ガラス容器の周囲部分の  
ジェラートベースが凍りだすので、ゴムべらでこそげとり、  
ハンディプロセッサーなどで攪拌する。



#### Step 6 ステップ 6

再びゴムべらに持ち替え、一部だけ固まらないように  
底や周囲をこそげとる。ハンディプロセッサーなどで  
攪拌、ゴムべらで練る、をくりかえす。  
※ジェラート独特のしっとりとした食感を生むために、ヘラで  
混ぜる時は空気を抜くように練りながら混ぜるのがコツ



#### Step 7 ステップ 7

ゴムべらですくいあげて、  
角が立つ程度の硬さになるまで混ぜ続ける。



## 作り方

### Step 8 ステップ 8

ステップ 7 をコーンに盛る。



## 保存方法

冷凍庫に保存し、食べる前に、ゴムべらでよく練ってなめらかにする。