



さつまいもとかぼちゃのジェラート

材料(一人分).....

さつまいも	40g
かぼちゃ	40g
牛乳	1/4カップ
砂糖	お好みで
ステップキューブ	1個
お湯	40ml

作り方.....

- ①かぼちゃはわたを取り、かぼちゃとさつまいもを炊飯器に入る大きさに切り、材料がひたるくらいの水を入れ、炊飯する。
- ②かぼちゃとさつまいもの皮をむき、それぞれつぶす。
- ③さつまいもと牛乳(半分)と、ステップキューブを溶かしたものの(半分)を混ぜ、粗熱を取る。
- ④かぼちゃも同様にする。
- ⑤甘さが足りないようなら砂糖を足し、冷凍庫で凍らせたら完成。



レシピポイント.....

今回は材料をふっくら&しっとりさせるため炊飯器を使用しましたが、レンジでもOKです。
材料を混ぜて凍らせるだけなので簡単にできます。
かぼちゃとさつまいもだけでなく、別の果物で作るのもおすすめです。

