出張児童館 in おうち ～おうちで楽しもう♪～レシピ

桃のフローズンヨーグルト

材料（６人分）

- プレーンヨーグルト・・・・４５０g
- 生クリーム・・・・・・・・・２００ml
- ※ 桃ジャム・・・・・・・・・・８５g
- ※ 黄桃（缶詰）・・・・・・・・ ６０g
- はちみつ・・・・・・・・・・１５g
- レモン汁・・・・・・・・・・適量

※ジャムや缶詰はお好みで違う味に
変更してもOK♪

※写真は桃とブドウを飾っていますが
なくても全然OKです

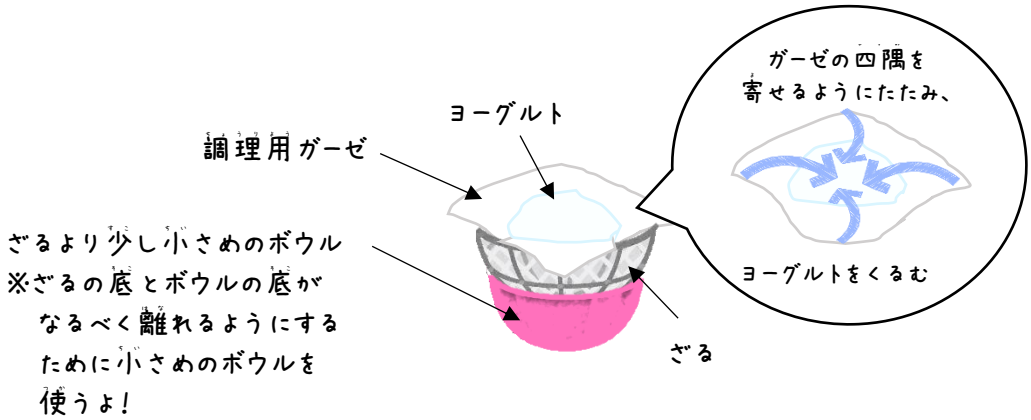
使う道具

ざる・ざるより少し小さめのボウル・ボウル・スプーン・泡立て器・ゴムベラ・調理用ガーゼ（もしくは調理用不織布袋）・包丁・まな板・タッパー・盛り付ける器・ディッシャー（あれば）

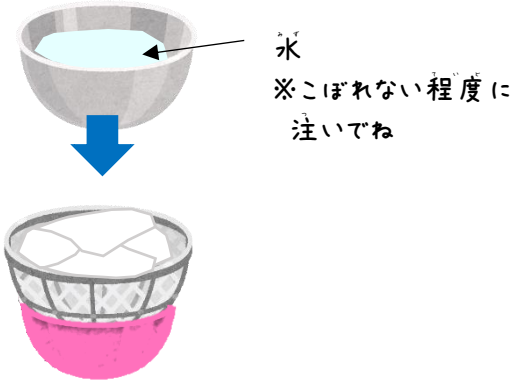
作る前の準備

・ヨーグルトを以下の手順で水切りしておく

1．下図のようにざるとざるより少し小さめのボウル・調理用ガーゼ（もしくは不織布袋）をセットし、ヨーグルトを入れてガーゼでくるむようにする

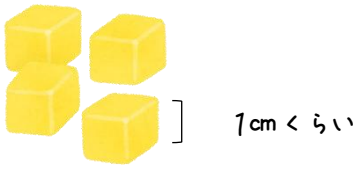


2．さらにその上に水を入れたボウルを置いて、冷蔵庫で３０分～１時間冷やす



3．ガーゼを取り外して水切り完了。（大体元の重さの半分くらいの重さになる）

・缶詰の黄桃の汁気を切り、１㎝角くらいのさいの目切りにしておく



作り方

① ボウルに生クリーム・桃ジャム・レモン汁を入れて泡立て器で６分立てくらいになるまでまぜる

ポイント

「６分立て」は泡立て器ですくい上げると帯状にトロトロと流れ落ち、落ちた跡がすぐ消えるくらいの状態だよ。まぜすぎてしまわないように注意してね！

② ①にはちみつを加え、７分立てになるまでまぜる

ポイント

「７分立て」は泡立て器ですくい上げるともったりと重たいが、ツノは立たず、すじが残るくらいの状態だよ。まぜすぎてしまわないように注意してね！

③ ②に水を切ったヨーグルトと黄桃を加え、ゴムベラで全体になじむように軽くまぜる

④ タッパーに③を入れて平らにならし、ふたをして冷凍庫で２～３時間※くらい冷やす

ポイント

・１時間くらいごとに軽く全体をまぜて空気をふくませるようにすると早くできあがるよ！

※冷やす時間はタッパーに入れた後の深さによって変わるよ！同じ量だけ入るタッパーでも、小さめで深さがあるものより大きめで広く薄く入れられる方が早く固まります。

⑤　器に盛り付けてできあがり☆

ポイント

冷やしすぎてカチカチに固まってしまった場合は、少しの間常温に置いておくか、電子レンジで１０秒ずつ様子見ながら少しだけ加熱すれば、ちょうどいいかたさになるよ(＾＾)