



×

札幌ベルエポック製菓調理ウェディング専門学校
学生考案レシピ

×

札幌ベルエポック製菓調理ウェディング専門学校
学生考案レシピ

バナナスムージー ～いちごソースと共に～



材 料 (4杯分)

牛乳	350ml	氷	120g
プレーンヨーグルト	50g	レモン汁	10ml
いちごA(中サイズ)	6個	<いちごソース>	
バナナ(中サイズ)	2本	いちごB(中サイズ)	4個
		てんさい糖	30g

作 り 方

【下準備】

- いちごAを刻み、そのうち40gと皮を剥いて1口大にカットしたバナナを冷凍する。

【いちごソース】

- 鍋にいちごBとてんさい糖を入れ、いちごを潰しながら弱火で加熱する。
- 鍋のいちごがソース状になったら、刻んだいちごAを入れ混ぜて冷やす。

【仕上げ】

- ミキサーに冷凍バナナ、ヨーグルト、牛乳、レモン汁を入れ攪拌する。
- カップにいちごソース、①の順に入れ上に冷凍のいちごを飾って完成。

なまらとうきびシェイク



材 料 (4杯分)

A	牛乳	115ml	牛乳B	215ml
	とうもろこし(中サイズ)	2本	氷	150g
	生クリーム	65ml	<エスプレッソソース>	
	はちみつ	65g	インスタントコーヒー	5g
	グラニュー糖	38g	お湯	15ml
	塩	5g		

作 り 方

【とうもろこしミックス】

- とうもろこしはゆでて、粒をそぎ取っておく。
- ミキサーにAの材料を入れて攪拌する。
- ②を鍋に入れ、とろみがつくまで中火で煮詰め、粗熱が取れたら冷凍する。

【エスプレッソソース】

- お湯にインスタントコーヒーを混ぜる。

【仕上げ】

- ミキサーにとうもろこしミックスと牛乳B、氷を入れて氷の塊がなくなるまで攪拌する。
- カップに注ぎ、エスプレッソソースをトッピングして完成。