

# 食材

①生クリーム 40ml

※乳脂肪分35%以上できれば40%以上のもの  
動物性で乳化剤や安定剤が入っていないもの

# 調理器具

①ふたができる広口のガラス容器

(とまとまと・はちみつなどの350mlくらいのもの)

②保冷剤 (手のひらサイズの大きさのもの)

③バターナイフやスプーン

## 作り方

①清潔な容器に生クリーム40mlを入れ、ふたをしっかりと閉めて勢いよく上下にふる。

### 注意点

- ・容器のふたがきちんと閉まっているかよく確認しましょう。
  - ・容器をふるときは、となりの人や机などにぶつけないように気をつけましょう。
- ②振ってもだんだん音がしなくなってくる。まだまだ振り続ける。容器が温まると固まりにくくなるので、時々手のひらを保冷剤で冷やすとよい。
- ③だんだんかたまりができてくる。さらに振り続けると、「バシャ！」と音がする。  
もう少し振ると固形物と水分に分離する。
- ④固まれば完成です！

<イメージ画像> ①



②



③



④

