

## GCびん牛乳でつくるおすすめレシピ (料理)

大分東センター

秋の組合員アンケートより

### ★料理名

バナナミルクアイス

### ★おすすめコメント

揉んで揉んで、まだかなあと楽しみながらアイスが作れる。

### ◆材料(2人分)

- ・GCびん牛乳 300 cc
- ・GC産直民衆交易(ネグロス)バナナ 完熟2本 マッシュする
- ・GC奄美きびさとう 大さじ2~3

### ◆作り方

- ① すべてをジッパー付きの保存袋に入れてよく混ぜ、空気を抜いて閉じたら平らにして冷凍庫へ入れる。
- ② 2時間たったら袋ごとよく揉む。
- ③ その後1時間ごとによく揉んでいい硬さになればOK

### ◆作り方・ポイント

なるべく空気を抜いて閉じる。