



館山クッキング大使 川上文代の 地産地消レシピ



今回は、いちじくの加工品を使ったレシピを紹介します。日持ちするように加工したいちじくは使いやすく、お料理のレパートリーが広がります。ぜひお試しください。(川上)

川上先生ブログ <http://ameblo.jp/fumiyokawakami>

いちじくアイスのバルサミソース

材料(2人分)

いちじく	150g	ミントの葉
バニラアイス	150g	コーンフレーク またはグラノーラ
バルサミコ酢	大さじ3	



<作り方>

1. 凍ったままのいちじくとアイスクリームを大きく混ぜ、器に盛る。
2. 1/3の量まで煮詰めて冷ましたバルサミソースをかけ、コーンフレークまたはグラノーラをふりかけ、ミントを飾る。

