



館山クッキング大使 川上文代の 地産地消レシピ



今回は、館山で旬を迎えているいちごのレシピです。いちごはビタミンCが豊富で風邪予防にぴったり！各家庭でも簡単に作れるレシピなので是非おためしください。
(川上)

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

No.62 いちごサンド

材料(2人分)

いちご	9個	サンドイッチ用パン	4枚
生クリーム	100ml	ミントの葉	
練乳	25g		



<作り方>

1. 生クリームは氷水にあてながら8分立てにし、練乳を加えしっかり泡立てる。
2. いちごはへたを取り、半分に切る。
3. パンに練乳クリームを薄く塗り、いちごの切り口を下にして並べ、いちごを覆うように練乳クリームを塗り、パンでサンドして半分に切る。



ワンポイントアドバイス



サンドイッチの切れ目のところにちょうどいちごの真ん中があるようにいちごを並べると、見栄えが良くなります。いちごを隙間なく並べれば、生クリームがはみ出すことはありません。

