

# フルーツサンド

材料（4本分）	
	<p>                     コッペパン 4本                      生クリーム 100mL                      砂糖 6g                      みかん缶（中身）12個                      パイナップル缶（中身）12個                      ※フルーツは好きなものはさんでください。                 </p>
<p>① コッペパンに縦に切れ目を入れる。</p>	<p>② 生クリームに砂糖を加えて泡立てる。</p>
	<p>                     &lt;生クリームの泡立て方&gt;                      ・ボールに生クリーム、砂糖を入れ、ボールの底を氷水にあてながら、ハンドミキサーでしっかりとツノが立つまで泡立てる。                 </p>
<p>③ コッペパンに生クリームをしぼる。</p>	<p>④ 汁気を切ったみかんとパイナップルを3個ずつはさむ。</p>
生クリームを泡立てるときに使ったもの	
<p>今回はハンドミキサーがなくても簡単にホイップクリームが作れる容器（ホイップクリームメーカー）を使いました。</p>	<p>分量の生クリームと砂糖を入れて、ふたをしっかり押さえて、思いっきり振ります。最初はしゃばしゃば音がしていましたが、5分くらい振り続けると、だんだん静かになってきます。音がしなくなったらできあがり。あまり振りすぎると生クリームが分離してしまうので注意してください。</p>