

Enjoy! Try!



## ぶどう狩り

---

調理時間

10分

カロリー

163kcal (1人分)

### 材料 (1人分)

---

明治ブルガリアヨーグルトLB81プレーン 100g

---

はちみつ 10g

---

ブルーベリー 7個

---

ポイフル 19個

---

チョコレートソース 適量

---

ミントの葉 2枚

---

### 作り方

---

- ① ブルーベリーを横半分にカットします。
  - ② プレーンヨーグルトとはちみつをよく混ぜ、皿に入れます。
  - ③ ブルーベリーとポイフルで2つのぶどうの形を作ります。
  - ④ チョコレートソースを竹串の先につけ、枝とつるを描き、ミントの葉を飾ります。
-