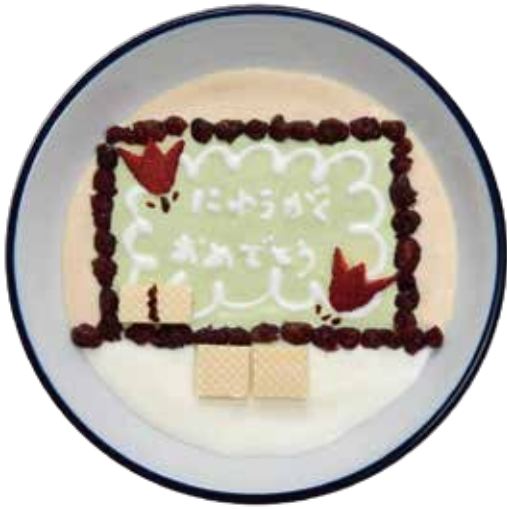


Enjoy! Try!



思い出の教室

調理時間

20分

カロリー

281kcal (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 120g+大さじ1

小豆あん 大さじ2

はちみつ 小さじ2

いちご 1個

きなこ 小さじ2

ウエハース 1/2枚

抹茶ラテパウダー 小さじ1

チョコソース 少々

作り方

- ① プレーンヨーグルトの120gの2/3 (80g)にはちみつを混ぜ、2等分して一方にきなこを混ぜます。
- ② はちみつヨーグルトをスプーンに取り、皿の下1/3にのばします。きなこヨーグルトを皿の上のふちに沿ってのばします。
- ③ 残りのプレーンヨーグルト(40g)に抹茶ラテパウダーを混ぜ、皿の空いたスペースに長方形にのばします。
- ④ 小豆あんから小豆の粒を拾い出し、抹茶ヨーグルトの輪郭に沿って並べ、黒板のふちを作ります。
- ⑤ プレーンヨーグルト大さじ1をジップ付きの小袋に入れます。
袋の角を1mmほど切り落とし、プレーンヨーグルトを絞り出して黒板に文字を描きます。
- ⑥ いちごをチューリップ形に切り、黒板にのせます。ウエハースで黒板消しとチョーク入れを作り、黒板の下に置きます。
- ⑦ チョコソースを竹串の先につけ、黒板消しの線、チューリップの茎と葉を描きます。