

Enjoy! Try!



ラズベリー チョコハート

調理時間

2分

カロリー

154kcal (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 65g

フルーツソース(ラズベリー) 大さじ2

チョコレートソース 小さじ2

作り方

- ① 皿にハートの抜き型を置き、ハートの中にプレーンヨーグルトを詰めます。
 - ② 型の外側にフルーツソースを流します。
 - ③ ハートの上にちゅんちゅんとスプーンでチョコレートソースをたらしめます。
 - ④ チョコレートソースの少し上から下に向かって楊枝でひっかきます。
 - ⑤ 型をはずします。
-