

Enjoy! Try!



スマイルワニ

調理時間 15分

カロリー 172kcal (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

キウイスライス 1枚

はちみつ 小さじ2

マーブルチョコ(茶色) 2個

抹茶パウダー 小さじ1

チョコベビー 2個

マンゴーソース 小さじ2

パイナップルのパイナップル 1/4枚

作り方

- ① プレーンヨーグルトから大さじ2と大さじ1を取り分け、大さじ2に抹茶パウダー、大さじ1にマンゴーソースを混ぜます。残りのプレーンヨーグルトにはちみつを混ぜ、皿に入れて均等に広げます。
- ② パイナップルをカットして小さい三角形を9個作ります。キウイを半分にカットします。
- ③ 抹茶ヨーグルトをスプーンにとり、プレーンヨーグルトに落としながら上あごの形を作ります。マンゴーヨーグルトをスプーンにとり、同様に下あごの形を作ります。あごの上下にパイナップルを並べ、歯を作ります。鼻の位置にチョコベビーを置きます。
- ④ 目の位置にキウイを置き、その上にマーブルチョコを置きます。