

Enjoy! Try!



てるてる坊主と傘

調理時間

20分

カロリー

183kcal (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

黄桃缶の黄桃 少々

ブルーベリージャム 大さじ1

いちご 少々

マンゴーソース 小さじ2

ポイフル 4個

チョコレートソース 大さじ1/2

チョコベビー 約10個

作り方

- いちごを三角形に切って、蝶ネクタイ用のパーツを作ります。
黄桃をカットし、傘の先端と持ち手を作り、ポイフルを横半分に切ります。
- プレーンヨーグルトから大さじ1を取り分けます(てるてる坊主用)。さらに40gを取り分け、残りにブルーベリージャムを混ぜて、皿に均等に広げます。40gのプレーンヨーグルトを2等分し、それぞれにマンゴーソースとチョコレートソースを混ぜます。
- マンゴーヨーグルトをジップ付きの小袋に入れて、袋の先端を2mmほど切り落とします。そこからヨーグルトを絞り出して傘の生地部分の輪郭を描き、その内側に同じヨーグルトをのばします。チョコレートヨーグルトも同様にし、傘を作ります。
- プレーンヨーグルトをスプーンにとり、てるてる坊主を作ります。いちごを蝶ネクタイのように置きます。
竹串の先端にチョコレートソースをつけ、目と口、ぶら下げる紐を描きます。
- チョコベビーを横向きにして並べ、傘の柄を作り、黄桃の持ち手と先端を置きます。ポイフルを傘の生地の先端に置きます。