

Enjoy! Try!



ヨーグルトボール (パイナップル&アーモンド)

調理時間

10分

※ヨーグルトの
水切り時間は除く

カロリー

69kcal (1個)

材料 (12個分)

明治ブルガリアヨーグルトLB81プレーン 1パック

ローストアーモンド 60g

〈A〉 ドライパイナップル 45g

砂糖 小さじ2 1/4

作り方

- ① プレーンヨーグルトの水分を切って、1/3量にします。
 - ② ドライパイナップルとローストアーモンドは刻みます。
 - ③ ①にAを混ぜます。
 - ④ ③を12等分してそれぞれ丸めて、ローストアーモンドをまぶします。
-