

Enjoy! Try!



コスモス畑

調理時間

15分

カロリー

117kcal (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

ブルーベリージャム 小さじ1

いちごジャム 小さじ1

さくらんぼ(缶詰) 2個

ポイフル(黄色) 4個

抹茶パウダー 小さじ1/2

作り方

- ① さくらんぼを半分に切って種を取り除き、さらに半分にカットしておきます。
- ② プレーンヨーグルトから大さじ2を取り分け、それをさらに半分に分けます(大さじ1ずつ)。一方にブルーベリージャム(A)、もう一方にいちごジャムを混ぜます(B)。
- ③ 抹茶パウダーを同量の水で溶き、ペーストを作ります。
- ④ ②で残しておいたプレーンヨーグルトを皿に伸ばします。
- ⑤ ②の(A)と(B)で花の形を作ります。
- ⑥ さくらんぼを花びらにして、花を2個作り、花の中心にポイフルを置き、③の抹茶ペーストを竹串の先につけて花の茎を描きます。