

Enjoy! Try!



トナカイ

調理時間

20分

カロリー

166kcal (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

いちごスライス 2枚

はちみつ 小さじ2

キウイ 1/4個

チョコソース 小さじ1

マシュマロ(小) 4個

パイン缶のパイン 1/2枚

チョコソース 少々

チョコワ 2個

作り方

- ① パインをカットして角を作ります。キウイは細かく刻みます。
- ② プレーンヨーグルトから80gを取り分け、はちみつを混ぜ、皿に入れて均等に広げます。
残りのプレーンヨーグルトにチョコソースを混ぜ、トナカイの顔の形を描きます。
- ③ パインの角をのせます。耳の位置にチョコワをのせ、鼻とほおにいちごをのせます。
- ④ 竹串につけたチョコソースで目と口を描きます。キウイをのせて地面を作ります。
- ⑤ マシュマロを半分に切り、チョコソースで文字を書いたのせます。