

作ってみよう! 夏休みのおやつ - キウイ編 -

ワンポイント

キウイフルーツはビタミンCやカリウム、食物繊維などを豊富に含む果物です。



生乳100%使用

252531 冷蔵 毎週企画 大山乳業

⑥生乳100ヨーグルト 400g

鳥取県の生乳を100%使い、生きて腸まで届くビフィズス菌BB-12を使用。

乳

(62kcal・食塩相当0.1g/100g)

賞味期間:お届け日を含め10日

本体 **158**円
(税込 171円)

キウイソースのミルクかんてん

暑い夏にぴったりの寒天を使ったデザート。
みんなで作ってみませんか?

材料 (作りやすい分量:4人分)

252531 生乳100ヨーグルト
…………… 1カップ

116 キウイフルーツ …… 3個

625 産直 **⑥**生協牛乳120
…………… 1カップ

A レモン汁 …………… 小さじ1
砂糖 …………… 10g

B 寒天パウダー …………… 2g
砂糖 …………… 30g
水 …………… 1/2カップ

作り方

1 キウイフルーツは皮をむく。
2個はざく切りして**A**と一緒にミキサーにかけ、ソースを作る。残りの1個は5mmの角切りにする。

2 鍋に**B**を入れて混ぜながら煮溶かし、2分位弱火で沸騰させた後、牛乳を加えて沸騰直前に火を止める。ヨーグルトを入れたボウルに注いで手早く混ぜ合わせ、器に流し入れて冷やし固める。

3 ①のソースをかけて角切りのキウイフルーツをのせる。