

\ Let's cook! /

料理名

作った写真を
はり付けてみよう



コメント

材料：2人分

- 新鮮なイチゴ：200g
- ブルーベリー：100g
- ヨーグルト：200ml
- ハニー：大さじ2
- 紫の食用色素（オプション）：少々
- アサイーパウダー：小さじ1
- 氷：適量

作り方

1. イチゴとブルーベリーを洗って、適当な大きさにカットする。
2. ブレンダーにカットしたイチゴ、ブルーベリー、ヨーグルト、ハニー、アサイーパウダー、紫の食用色素（使用する場合）、氷を入れる。
3. なめらかになるまでしっかりとブレンドする。
4. グラスに注ぎ、イチゴやブルーベリーで装飾する。