

カリフォルニアプルーンと ベリーのヨーグルトゼリー



材料：ミニカップ 4 個分

カリフォルニアプルーン 4 個 ヨーグルト（無糖） 200ml

ミックスベリー（冷凍） 150g 牛乳 200ml

砂糖 30g レモン汁 大さじ 2

ゼラチン 10g 水 130ml

さっぱりしたヨーグルトゼリーに、甘酸っぱいベリーの風味がさわやかさを運びます。大人向けのアレンジで「フルーツリキュール」を大さじ 1 杯加えると、よりリッチなデザートに。

プ活 はじめよう。

このレシピの詳しい調理方法や
プルーンを使った他のレシピはこちら

