ヨーグルトストロベリー

【栄養】

エネルギー 1,650kcal タンパク質 36.9g 脂質 61.4g カルシウム 674mg 塩分 1.7g

【材料】20 cmパイ皿

ナビスコリッツクラッカー (20 枚) 無塩バター (40g) プレーンヨーグルト (400g) イチゴ(1パック 350g) グラニュー糖(150g) 粉ゼラチン(15g) 水(150cc) 粉砂糖(少々) ラップ

【作り方】

型にラップを敷く。

ナビスコリッツを布巾に包んで砕き、ボールに入れ、バターを溶かして合わせ の型に押しつけるように敷いて、冷蔵庫で冷やす。

粉ゼラチンを分量の水でし とらせ、湯せんにかけグラニュ ー糖も加えて溶かす。

イチゴは飾り用を除いて、残

りを裏ごしてヨーグルトと合わせる。

に を混ぜ合わせ に流し入れ、冷やし固める。

にイチゴを飾り、イチゴの上に粉砂糖をふる。

