

特別賞

キウイとブドウのヨーグルトパフェ



<材料(2人分)>

赤ブドウ	:8粒
緑ブドウ	:8粒
キウイフルーツ	:1個
プレーンヨーグルト	:160g
はちみつ	:小さじ4
バタークッキー	:3枚18g
飾り用ミント	:適量

<手順>

- ① 赤ブドウ2粒を残し、ブドウはすべて薄切りにする。
 - ② キウイは皮をむき、フォークで荒くつぶす。
 - ③ ②にはちみつを混ぜてからヨーグルトを混ぜる。
 - ④ 器に①を張り付けて、③を流し込む。
 - ⑤ 砕いたクッキーと残した赤ブドウ、ミントを飾る。
- * キウイとヨーグルトは混ぜたらお早めにどうぞ。

<このレシピの作者>



野菜ソムリエ：増田 智子