



ASAGOもぐもぐキッチン レシピ



混ぜて固めるだけ♪ ソースも電子レンジで簡単に♪

いちごのヨーグルトババロア

材料	分量 (5個分)	作り方
生クリーム	200ml	① ボウルに解凍したいちごを入れ、フォークの背などでよくつぶす。砂糖を加えて混ぜ合わせる。 ② ①に生クリーム、牛乳、プレーンヨーグルトを加え、しっかり混ぜる。 ③ 容器に粉ゼラチンを入れて湯を加え、ゼラチンが溶けるまでしっかり混ぜる。 ④ ②に③を少しずつ加えてしっかり混ぜ合わせる。 ⑤ 型に流し入れ、冷蔵庫で冷やし固める。 ⑥ 耐熱ボウルにソースの材料を全て入れて混ぜ合わせ、ふんわりとラップをかけて電子レンジ(600W)で3分加熱する。フォークの背などでいちごを粗くつぶす。よく冷まし、固まったババロアにかける。
牛乳	100ml	
プレーンヨーグルト	80g	
冷凍カットいちご	120g	
砂糖	大さじ4	
粉ゼラチン	小さじ2強 (7g)	
湯	70ml	
(ソース)		
冷凍カットいちご	150g	
砂糖	大さじ2	
レモン汁	小さじ1/4	



POINT

生のいちごがたくさん出回る時期には、生のいちごを使うとよりフレッシュな味わいに☆

普段のおやつの際はもちろん、おひなまつりやお祝いの場面でも!

