

トーホクオリジナルレシピ

ベビーリーフ スムージーミックス を使った
ベビーリーフとリンゴのスムージー
＜＜ リンゴとヨーグルトを合わせて腸美人に！ ＞＞



材料（1人分）

スムージーミックス	50g
リンゴ	1/4 個
ヨーグルト	2/3 カップ
ハチミツ	大さじ 1 + 1/2
飾り用スムージーミックス	適量

作り方

- ① スムージーミックスをちぎる。リンゴは皮と芯を取り除き、2～3 mm厚さに切る。
- ② ミキサー容器に、①、ヨーグルト、ハチミツを入れて攪拌し、グラスに注ぐ。スムージーミックスを飾る。

注意；ハチミツ使用のため1歳未満の乳児には与えないで下さい。

※POINT
時間が経つとまろやかな味わいが楽しめます。

