

# あきづきとマシュマロのホワイトスイーツ



◆材料（4人分） 167 kcal ※一人分あたり

あきづき（日本梨）	1/2個
ヨーグルト（プレーン）	150g
マシュマロ	40g
生クリーム	80g
砂糖	小さじ1
ミントの葉	適宜

## ◆作り方

- ①. ヨーグルトにマシュマロを入れ、冷蔵庫で半日～1日おく。
  - ②. あきづき（日本梨）は食べやすい大きさに切る。
  - ③. ボールに生クリームと砂糖を入れ、ハンドミキサーで角が立つまで泡立てる。
  - ④. ①～③を合わせ混ぜて器に盛り、ミントの葉を飾る。
- ※好みでコンデンスミルクやシュガーパウダーをかけてもOK

あきづき（日本梨） 購入場所

・JA新潟みらい 園芸畜産販売課  
TEL.025-373-2107

フードコーディネイト

**野股正宏**

「ヒロクッキングスタジオ」

<http://www.hiro-cooking.com>