



館山クッキング大使
川上文代の
地産地消レシピ



今回は、いちじくの加工品を使ったレシピを紹介します。日持ちするように加工したいちじくは使いやすく、お料理のレパートリーが広がります。ぜひお試しください。(川上)

川上先生ブログ <http://ameblo.jp/fumiyokawakami>

No.59 いちじくラッシー

材料(1人分)

いちじくピューレ 大きじ3	飲むヨーグルトプレーン 150ml
ミントの葉	



<作り方>

1. いちじくピューレと飲むヨーグルトをグラスに注ぎ、ストローで混ぜ、ミントの葉を浮かべる。

