

アミノレバンEN ヨーグルトデザート

ヨーグルトでアミノレバンENの苦みが
うすれ、おいしく食べられます。
ヨーグルトは便秘予防にもなります。



アミノレバンEN 1/4パック分と
ヨーグルト大さじ2杯で

エネルギー 72kcal

たんぱく質 4.5g

- 材料**
- ・アミノレバンEN 1パック
 - ・ゼリーの素 1パック
 - ・熱湯 50ml
 - ・水 50ml
 - ・プレーンヨーグルト

*好みで果物、果物缶、シリアル、ナッツ等

作り方

- ① ボトルに湯を入れ、ゼリーの素を振り入れる。
- ② ①のボトルを揺らしよく溶かす。
- ③ ②に水とアミノレバンENを加える。
- ④ 蓋をしめよく振って溶かし、冷蔵庫に入れ冷やし固める。
- ⑤ ④を器に盛りヨーグルトをかける。

*お好みでフルーツ、果物缶、ナッツ、シリアルなどを
トッピングしても良い。