

伊予柑の ヨーグルト茶巾

*材料*4 個分

- 伊予柑 1 個 200g
- プレーンヨーグルト 200g
- 砂糖 小さじ 2 杯
- レモン果汁 小さじ 1 杯



1 個 60 Kcal

作り方

1. 伊予柑は薄皮を剥き、実を3~4等分にほぐす
2. ボウルにヨーグルトと砂糖、レモン果汁を混ぜ伊予柑を合せる
3. 2を4等分にし、キッチンペーパーで包みザルに並べ冷蔵庫で水分をきる(一晚)
4. 水気がきれいならラップにとり、形を整えて出来上がり♪

