

食材2つだけ!

いちご

×

牛乳

手軽でおいしいデザートドリンク

いちごスムージー

材料 (2人分)

いちご …………… 200g 砂糖 …………… 大さじ1～

牛乳 …………… 300ml (好みによって調整)

1 いちごを冷凍する

いちごはヘタをとり、ジッパー付き保存袋に入れて冷凍する。

2 ミキサーにかける

1と牛乳、砂糖をミキサーに入れて攪拌する。

調理時間

5分 ※

※ 冷凍する時間を含まない



このお店のチラシが見られる!

トクバイ

検索