

バナナとベリーの ヨーグルト ジェラート

<材料 あおほそ2人分>

冷凍ミックスベリー... 100g

バナナ ... 1本 (なるべく熟してるものを使います)

ヨーグルト ... 200g
(プレーン)

レモン果汁 ... 小1/2

お好みで はちみつ や お砂糖 等 甘みを加えます。

<作り方>

- ① ボウルに カットしたバナナとレモン果汁を 入れ合ませます。必黒くなるのを防ぎます。
- ② フードプロセッサーに用意した材料を全て入れなめらかにします。
味見をして 甘さを加減して下さい。
今回は はちみつ 大2 を入れます。
- ③ タッパーなど 容器 に入し 約1時間凍らせます。
- ④ 盛り付け前に スプーンなどで混ぜて 器に盛りつけたら 完成です。