

幼児も簡単♪ヨーグルトきな粉ドリンク

ふと思い立って作ってみたら意外と子どもたちにウケてリピートしているレシピです。
と言うか…大してレシピと言えるほどのものでもないですが、子どもが自分で作れるので嬉しいみたいです♪

材料

ヨーグルト 大さじ4~5
はちみつ 大さじ1
牛乳 約100cc
きな粉 大さじ1

作り方

- ① 全ての材料を、やや大きめのコップに順番に入れる。
- ② 長めのスプーンでよく混ぜる。

追記

ヨーグルトを増やして牛乳を減らすと、トロツと感が増えます。

はちみつは特に固まりやすいタイプだと、冷たいヨーグルトや牛乳と混ぜるとうまく混ざらないですが、ある程度混ざればOKです！

固まり方が強い場合は、これからの季節なら混ぜたあとに少し温めて、はちみつを溶かして飲んでも美味しいと思います♪



※はちみつは1歳未満の乳児には与えてはならない点には注意してください。