

デザート・ドリンク

いちご酢のソイミルクケーキ

[1人分] エネルギー：292kcal 塩分：0g



材料 [2人分]

- いちご：150g
- 酢：250ml
- 砂糖：75g
- 豆乳：400ml

作り方

1

いちごは洗ってヘタを取ります。

2

熱湯消毒した保存ビンに、酢と砂糖を入れてよく溶かし、「1」を入れます。

3

酢に色と香りが移れば、いちご酢の完成です。冷蔵庫で保存します。

4

豆乳にいちご酢といちごを加えてよく混ぜます。1人分豆乳200mlに、いちご酢を大さじ1~2くらいが目安です。

5

好みではちみつを加えて、いちごをつぶしながら一緒にいただくのもおすすめです。

【ワンポイントアドバイス】

いちごの他に、キウイ、ブルーベリー、リンゴなどで作ってもおいしいです。