

生産者さん おじゃまして〜す

鳥取県産の新鮮な生乳を44%使っているので 牛乳の風味がいきています



無脂肪牛乳・生乳・砂糖
だけのシンプルな原料と
乳酸菌でできています



「のむヨーグルト」
6月2回から「自動注文」
に仲間入りしました。



大山乳業
製品開発センター
下田さん

「のむヨーグルト」の記事は7ページに続く

- P1 第1回、第2回組員ボランティアバス
報告(1~2ページ)
ピースリレー案内
- P2 第5~7回ボランティアバス募集
遠野通信
- P3 組員活動
ピースツアー募集
- P4 理事会報告
ぱるメール
- P5 イベント情報
ミラフロレス
- P6 クロスワードクイズ
きれいの術
- P8 特集「のむヨーグルト」
(8~7ページ)
Pa・ぱっとクッキング

Pa・ぱっとクッキング 79

<http://www.palcoop.or.jp/osusume/recipe/index.html>

のむヨーグルトを使って
*甘さ控えめなので
いろいろなジャムで試してね

ヨーグルトゼリー

材料・3個分 <1個当り75kcal>

のむヨーグルト
.....300cc
粉ゼラチン...1袋(5g)
冷凍ブルーベリー
.....6粒
いちごジャム.....大1
のむヨーグルト
.....大1/2
ミント.....適宜

作り方

- ①のむヨーグルト50ccを弱火で沸騰させない程度に温め、ゼラチンを入れて溶かし、残りのヨーグルトを入れ、弱火のまましっかり混ぜる。
- ②器に等分に入れ、あら熱がとれたら冷蔵庫で20分ほど冷やし固める。
- ③いちごジャムはヨーグルト大1/2と混ぜておき、冷凍ブルーベリー、ミントで可愛くトッピングする。

