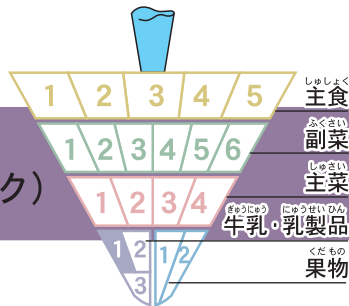


# ラッシー (ヨーグルトドリンク)



牛乳・乳製品 1つ

52kcal 塩分0,1 g

## 準備しよう

### 食材 (4人分)

- ☐ プレーンヨーグルト 250g
- ☐ 砂糖 大さじ1と1/2
- ☐ 水 250cc
- ☐ 氷 4個 (120g)



### 器具 (数を書いてないのは1つです)

- ☐ 計量カップ (1リットル) またはピッチャー
- ☐ ゴムべら
- ☐ 計量スプーン (大)



### 食器

- ☐ グラス

さあ、つくってみよう！

めやす  
10分  
～

ざいりょう  
材料をまぜる

5分

コップにそそぐ

5分

できあがり

**1** 計量カップに砂糖と  
ヨーグルトをいれて、  
ゴムべらでよくまぜる



**2** 水をいれて、さらに  
よくまぜる。グラスに  
そそぎわけ、氷を浮かべる



あまみ  
甘味をジャムに

お砂糖のかわりに、  
好きな味のジャムを  
つかうと、色も変わって  
たのしいよ！

