

コロナに負けるなレシピ集【牛乳・乳製品料理②】

水切りヨーグルトのホールケーキ（2食分）

いちごたっぷりで満足感あり！離乳完了期(生後12カ月から18カ月頃)におススメのレシピ(農林水産省)

<p>■材料</p> <p>いちご 3個</p> <p>プレーンヨーグルト 320g</p> <p>食パン(8枚切り) 3枚</p>	<p>《作り方》</p> <ol style="list-style-type: none">① ざるにキッチンペーパーを敷き、その上にヨーグルトを入れる。冷蔵庫に1時間ほど入れて、ヨーグルトに含まれる水分を切る。② ヨーグルトをスプーンですくって逆さにし、落ちない程度になったらボウルに移しておく。③ いちご2個を1センチメートル程度の角切りにしておく。④ いちご1個を飾り用として、縦に薄切りにしておく。⑤ マグカップやお茶碗、丸皿などを使って、食パンを丸くくり抜く。⑥ 食パン1枚に②のヨーグルトをぬり、③のいちごをのせて、さらにヨーグルトをのせる。その上に食パンを重ね、同様に繰り返す。⑦ 3枚目の食パンを重ね、②のヨーグルトを全体にぬる。表面に④のいちごを飾ってできあがり。
--	--



コツ・ポイント

ホイップクリームとスポンジの代わりに、ヨーグルトと食パンを使ったスイーツ風メニュー。いちごは細かく切ったり、薄切りにしたりすることで、離乳完了期に適した歯茎でかめる程度の硬さになります。

このレシピの生い立ち

このレシピは、農林水産省広報誌 aff（あふ）2019年12月号に掲載されました。
(監修：離乳食研究家 YASUYO) <https://www.maff.go.jp/j/pr/aff/1912/>

(出典元：クックパッド「農林水産省のおすすめレシピ」)

<https://cookpad.com/recipe/5989144>

