

タピオカフルーツ ヨーグルトポンチ



食物アレルギー
配慮レシピ



材料（4人分）

「ライスペーパー120g」（ケ）	4枚
【a】豆乳ヨーグルト	200g
【a】豆乳（無調整）	100ml
【a】イチゴジャム	80g
【a】砂糖	20g
レモン汁	小さじ1～調整
食塩	少々（小さじ1/10）
いちご（季節の食材）	8個
キウイ（季節の食材）	1個
バナナ	小1本
他、お好みのフルーツ（パイン缶や黄桃缶など）	お好み量
ミント（飾り）	適量



作り方

- ① 【下ごしらえ】
いちご、キウイ、バナナ、お好みのフルーツをそれぞれ食べやすくカットする。
- ② 【ライスペーパータピオカ】
ライスペーパー1枚をぬるま湯（40度くらい）に20～30秒浸し、柔らかくなったらすぐに取り出す。まな板の上に広げ手前から半分に分る。さらに手前から半分に分り空気が入らないようにピタッと押し付ける。手前からきつめにクルクルと棒状に巻いてゆき、コロコロ転がしながら巻き終わりをしっかりと閉じる。
- ③ 残りの3枚も同様に巻く。形が落ち着いたら1cm幅にカットする。
カットしたものを全部一緒に耐熱容器に入れて水小さじ2をかける。ラップをして電子レンジで30秒加熱しそのまま冷ます。（600W使用）＊くっつかないように広げておく。
- ④ 【a】を混ぜる。レモン汁と塩で味を調える。
- ⑤ ひとり分の器にフルーツとライスペーパータピオカを適量入れて④を注ぐ。表面にもフルーツとライスペーパータピオカを見映えよくのせてミントを飾る。
同様に全部で4個作る。



使用商品



注)

- メニューレシピ内の()は企業名の略称です。
- (エ) エスエスケイフーズ株式会社、(オ) オタフクソース株式会社、(ケ) ケンミン食品株式会社、(永) 株式会社永谷園、(日) 日本ハム株式会社、(ハ) ハウス食品株式会社
- 特定原材料8品目不使用です。
- 特定原材料とは「えび・かに(＊)・くるみ・小麦・そば・卵・乳・落花生(ピーナッツ)」です。
- (＊)使用商品中の海苔については、えび・かにの生息域で採取しています。