



イチゴと甘酒のスムージー

材料(作りやすい分量)

イチゴ……………10個
バナナ……………1本
ヨーグルト……………大さじ3
甘酒……………200ml

作り方

1 材料をミキサーに入れて
スイッチオン。



料理を彩る

日光産
農畜水産物例



イチゴ



ヨーグルト