



調理工程

材料をすべて合わせて、しっかり混ぜたら完成です！

Point

牛乳とヨーグルトの割合は、お好みで調整していただけます。
とろみが強いほうがお好みの場合はヨーグルトの割合を多めに、
サラサラしているほうがお好みの場合は牛乳の割合を多めにしてみてください。



調理時間

3分

手作り飲む ヨーグルト

《材料》

(できあがり量100ml)

- ・ 牛乳 50ml
- ・ プレーンヨーグルト 50ml
- ・ 砂糖 4g(小さじ1強)
- ・ レモン汁 0.5g