

うれしいの茶でバナナアイス



エネルギー
117kcal

たんぱく質
1.5g

塩分
0.2g

材料（2人分）

完熟バナナ	大1本
粉茶	3g
コーンフレーク	20g
クリーム	小さじ2
さとう	小さじ1/3
粉茶	適量

【作り方】

- ① 完熟バナナは皮をのぞき、適当な大きさに切って冷凍庫で凍らせておく。
- ② フードプロセッサーに①と粉茶を入れ、なめらかになるまで回す。
- ③ 器にコーンフレークをしき、②のアイスのをせる。さとうを加えてホイップしたクリームと粉茶を飾る。

- ◎ 分量は正味重量（皮・殻や骨を除いたもの）で示しました。
- ◎ 1カップ=200ml、大さじ1=15ml、小さじ1=5ml です。



暑い夏にぴったりです。粉茶を入れることで風味が出て、色もきれいに仕上がります。