



P3 プログラム3 フルーツスムージー

南国を思わせるトロピカルな味わい

トロピカルフルーツの ココナッツヨーグルトスムージー

対応製品名 : オートクッキングブレンダー

使用部品 :

調理時間 : 10分 (P3 フルーツスムージーモード 1分)

材料 (2～3人分)

① マンゴー	150g (1～1.5cm角に切る)
② パイナップル	75g (1～1.5cm角に切る)
③ はちみつ	大さじ1.5
④ レモン果汁	小さじ1.5
⑤ ココナッツミルク	150g
⑥ ヨーグルト	75g
⑦ 氷	75g

仕上げ

ココナッツフレーク	適宜
パイナップル	適宜

作り方

ガラス容器にすべての材料を番号順に入れてフタをする。
PROGRAM ボタン [P3]を選び、START ボタンを押す。