



アメリカ

## フローズンヨーグルト



### 材 料 (2 ~ 3 人分)

プレーンヨーグルト 1 パック (400g)

砂糖 大さじ 2 (18g)

グラノーラ (お好みのもの) カップ 3/4 (40g)

使用した容器：満水容量 300mL の耐熱容器 × 2。  
(品番 SWB-30)

### 作 り 方

- 1 大きいボウルにザルを入れ、キッチンペーパーを敷く。キッチンペーパーの上にプレーンヨーグルトをゆっくり静かに流し入れる。
- 2 清潔なポリ袋に水を 700mL 入れ袋の口を閉じる。
- 3 ヨーグルトはキッチンペーパーで包み、水が入ったポリ袋を上へのせる。
- 4 冷蔵庫に入れ、1 時間半 ~ 2 時間ほど置き、水切りする。
- 5 水切り後のヨーグルトが約半分 (180 ~ 200g) になったら、キッチンペーパーから取り出しボウルに入れる。砂糖を入れ、ゴムベラ等でよく混ぜる。
- 6 耐熱容器にラップを敷き、水切りヨーグルトを流し入れる。
- 7 水切りヨーグルトの上にグラノーラを埋め込むようにのせ、ラップをかぶせ冷凍庫で 3 時間 ~ 凍らせてできあがり。  
※下に敷いたラップごと取り出し、常温に 5 分ほどおき少しやわらかくなってから包丁で切ってください。

※冷凍保存：5 日間