

Myrtille



◇ブルーベリーのスムージー

370mlカップ1杯分

ブルーベリーホール……50g

ストロベリーピューレ……50g

マスカルポーネ……30g

牛乳……200cc

◇ソース

カシスピューレ……10g

グラニュー糖……40g

ブルーベリーホール……40g

グラニュー糖……40g

電子レンジ600wで1分温めたもの