

# 料理④ イチゴのチョコ帽子 【エネルギー76kcal（※一人当たり）】



## <材料（4人分）> ※赤色で記載した食材は各ご家庭でご用意ください

イチゴ - - - - - M8個 程度  
板チョコ（ホワイト） - - 1枚（45g）  
レモンペースト 適量

イチゴが入るような小紙カップ  
カラーシュガー、チョコスプレーなど 好みて用意する

## <下拵え> ※こちらを済ませた上で、イベントにご参加ください。

- ・イチゴはヘタを除いて洗い、キッチンペーパーで水気をよく拭く。
- ・小さい耐熱容器に板チョコを細かく割って入れる。（小さいマグカップでもよい）
- ・小鍋、又はボウルに熱いお湯を用意する。

## <作り方>

- 1 イチゴの下を少し切ってすわりを良くし、皿に並べる。
- 2 お湯が入った鍋、又はボウルにチョコレートの入った容器を入れて湯煎にする。溶けてきたら小スプーンなどでよくかき混ぜて滑らかにする。
- 3 イチゴの上に少しずつスプーンで被せるようにのせ、少し乾いたらレモンペーストを絞りのせる。  
好みてカラーシュガーやナッツなどを上に飾る。



こちらの商品を使って調理します！



supported by **Lion Dor**  
CREATE THE FUTURE



## 料理と栄養のポイント!!

「ホワイトチョコにレモンペーストをのせるとココ味の中に爽やかさがプラスします！チョコレートは湯煎にしたまま、イチゴにのせていきましょう。冷めると硬くなってしまいます。」

「残ったチョコレートはお湯や豆乳、牛乳で溶いてホットチョコレートでおいしく飲めます！」