

# とろ~りヨーグルトdeトマ豆もち



加藤ちよ

## 🕒 材料・分量(4人分) 🍲 作り方 🍴

- プレーンヨーグルト・・・400g
- 生クリーム・・・・・・・・100ml
- スkimミルク・・・・・・・・大さじ2
- 長いも・・・・・・・・200g
- はちみつ・・・・・・・・大さじ2
- レモン果汁・・・・・・・・大さじ4
- トマト・・・・・・・・中1個
- 豆腐・・・・・・・・1/4丁
- もち粉・・・・・・・・180g
- ミント・・・・・・・・4枚
- グラニュー糖・・・・・・・・大さじ4

- ① ヨーグルトの水分を20分~30分切る。
- ② トマトを湯むきし、ザルでこす。
- ③ 豆腐、スキムミルク、もち粉を②のトマトで、耳たぶぐらいの硬さになるまで練り、丸めたものを20個作り、茹で、冷水につけ冷やす。
- ④ 長いもをおろし、生クリームをホイップする。
- ⑤ ①にはちみつ、グラニュー糖(大さじ3)、レモン果汁を合わせ混ぜ、さらに、④を入れ、混ぜる。
- ⑥ 残りの②にグラニュー糖(大さじ1)を混ぜる。
- ⑦ 器に③を入れ、④を入れる。⑥をかけて、ミントを乗せれば完成。

## POINT

- 水切りヨーグルトはムースより柔らかめにする。
- 夏はキンキンに冷やして食べるとより美味しくなります。