

2021年12月15日

みなさん、こんにちは～😊

12月だというのに晴れた日は暖かいですね。寒暖差があるので体調には気をつけていただきたいです。体を温める温活を意識しながら食生活に気をつけて、腸内環境を整えていきましょう！

今回のレシピはクリスマス🎄 第2弾!!!

🌟簡単クリスマス🎄ケーキ🍰です🌟

お子さまと一緒に作れる簡単ケーキですが、体にいい「青汁パウダー」を使っていますよ～。

青汁は野菜不足の方に手軽に栄養価を摂取できるのでおすすめです！ 食物繊維、ビタミン、ミネラルが豊富に含まれています！が。。。苦手な方も多そうですね😓

しかし今回は生地に混ぜることで、全く青汁感もなくお子さまでも喜んで食べていただけると思います。薄いグリーンの綺麗な生地が、クリスマスにピッタリですよ♡

青汁が苦手な方も、お子さまもぜひ食べていただきたいケーキです。しかも簡単！パンケーキを積み重ねたら豪華なツリーのケーキに変身です！ お好きな果物を使って作ってみてくださいね～。

【材料】※3個分です

青汁パウダー 大さじ1  
ホットケーキミックス 200g  
卵 1個  
牛乳 200ml  
ホイップクリーム 250g  
苺 適量 (写真は4個使用)  
ブルーベリー 適量  
ミントの葉  
粉砂糖 適量



作り方]

①ホットケーキミックスに青汁パウダー、卵、牛乳を入れよく混ぜる。



②苺は1個は1番上に乗せる用に残し、残りは3ミリくらいの薄さにカットしておく。



③フライパンに①を大きさが少しずつ違うように3つ広げて焼き少し冷ます。



④③の1番大きいのを土台にクリーム、苺、ブルーベリーなどを挟みながら3段積み。



⑤1番上はサンタの帽子をイメージしてクリームで丸を小さく描き、その上に苺を置き先に少しクリームを乗せる。



⑥ミントの葉を飾り、上から粉砂糖を振りかけたら出来上がり！



ぜひお試しください♡