

サンファイバーは使い方いろいろ！

サンファイバー入り

ヨーグルトデザート



●材料（1人分）

- ・脱脂加糖ヨーグルト 50g
- ・みかん（缶詰） 50g
- ・缶詰シロップ 3g
- ・**サンファイバー** 1g（小さじ1）

●作り方

- ①ヨーグルトに**サンファイバー**を加え、よく混ぜる
- ②①に缶詰のみかんとシロップを加え、混ぜる