



楽楽!! おいしか介護食

いちごビスケットケーキ



材料と分量(2人分)	
ビスケット	4枚
牛乳	大さじ4
マシュマロ	10個
イチゴジャム	大さじ2
生クリーム	30ml
砂糖	小さじ1
イチゴ	4個

エネルギー	232	Kcal
蛋白質	3.2	g

作り方

- ① ビスケットの大きさのカップを用意する
- ② ボウルに生クリームと砂糖を入れてよく泡立てる
- ③ ①にビスケットを1枚入れて牛乳を半分入れて浸す
- ④ ③の上にマシュマロを入れてイチゴジャムをかける
- ⑤ ④の上にビスケットをのせて残りの牛乳をかける
- ⑥ ⑤に生クリームを飾る
- ⑦ ⑥をしばらく冷蔵庫に入れて休ませる
- ⑧ ⑦を冷蔵庫から出して食べやすく切ったイチゴを飾る

ビスケットにコーヒーを浸したり、生クリームにチョコレートやジャムを混ぜて味を変えても美味しいです。
トッピングを変えたりするとクリスマスケーキにもなります。



介護食についての不安や悩みがある方はお気軽にご相談下さい

みぎわほ一む