



※写真はイメージです。

しゃきしゃき食感と香りを楽しむヨーグルト

## 梨の簡単コンポート ヨーグルト添え

### 材 料 (4人分)

梨……………1個(正味300g)  
砂糖……………大さじ2  
レモン汁……………大さじ1  
ヨーグルト……………600ml  
はちみつ(お好みで)……………適量

### 作り方

1. 梨は皮をむいていちよう切りにする。
2. 耐熱皿に1を入れて砂糖をまぶし、ラップをかけて(両端を少しあける)電子レンジ(500w)で6分30秒程加熱する。
3. 2にレモン汁を混ぜ、冷蔵庫で冷やす。
4. 器にヨーグルトを盛って3をのせ、汁もかける。お好みではちみつをかける。