



雪印メグミルク 栗原はるみの「私のミルクレシピ」

2015 December

## ホエイのチーズデザート

### 材料(作りやすい分量)

- ヨーグルトホエイ 1カップ
- 「雪印メグミルク牛乳」 1カップ
- 砂糖 大さじ1
- ザラメ糖 適宜
- すだち 適宜

### 作り方

- 1 鍋にホエイと牛乳を加えて火にかける。  
かき混ぜないで80°Cくらいに保ち、グラグラと煮立てないようにする。  
しばらくして固まりができたらペーパータオルを敷いたざるにあける。
- 2 水気をよく切って小さなボウルに入れ、砂糖を加えて混ぜる。
- 3 器に盛り、ザラメ糖を散らし、好みですだちを絞る。