



今月の簡単手作り おやつレシピ

フローズン ヨーグルト

材料 (約800ml分)

- 生クリーム【乳脂肪分35%前後のもの】.....200ml
- 砂糖.....100g
- プレーンヨーグルト.....500g

作り方

- ① ボウルに生クリームと砂糖を入れ、泡立て器で八分立て（泡立て器ですくうと、クリームの先端の立った角が曲がる状態）にする。それにヨーグルトを加えてよく混ぜ、バットに流して冷蔵庫で冷やす。
- ② ①が少し固まったところで、いったん全体をかき混ぜて空気を含ませ、再度冷やす。
- ③ 固まったら保存容器に詰め直して、完全に冷やし固めて完成です。

賞味期限は冷凍で約1ヶ月間です

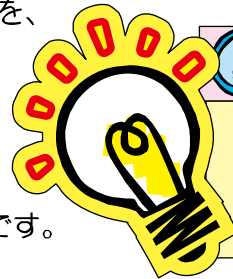


市販のものは子どもにとっては少々甘すぎるので“手作り”で！
また、食べる時に“泡立てた生クリーム”を合わせると、ふんわり感が出て口当たりもよくなります。日もちもするので、多めに作っておくと便利でしょう。

子どもの脳をぐんぐん育てるクイズ



『あ』～『ん』までの文字を、
あいうえお順に×で消して
いきましょう。
※ただし、**や行は**
「や・ゆ・よ」、最後は
「わ・を・ん」で終わりです。



この時間内で全部
消してみましょ！

小学3～6年生

4分

小学2年生以下

5分30秒



この問題はとてもシンプルですが、目の使い方の
上手い、下手の差が大きく出ます。

「集中力」や「記憶力」、「注意力」、「根気」などが必
要なので、シンプルでも奥が深い問題です。“ひらがな”は数
字と違って先の文字がイメージしにくく、しかもこの問題は文
字も回転しているの少し難しいかもしれません。もしかした
ら、途中で何度かストップしてしまうかもしれませんが、ねば
り強くやってみましょ！