

牛乳で  
かんたん♪

# マンゴー・ラッシー



## 【材料】 (2~3人分)

プレーンヨーグルト	200ml
牛乳	200ml
レモン汁	小さじ2
砂糖	大さじ2
《飾り用》	
※マンゴー (缶詰)	適量
※ミント	2枚

## 【下準備】

- ① マンゴーを1センチ角に刻む。
- ② ①のマンゴーを飾り用に少し取り分けておく。

## 【作り方】

1. ボウルにプレーンヨーグルトと砂糖を入れ、泡だて器でなめらかになるまで混ぜる。
2. 1.のボウルに牛乳、レモン汁を加えて、さらに泡だて器でまぜラッシーを作る。
3. グラスの底に①のマンゴーを入れる。
4. 3.のグラスに2.で作ったラッシーを注ぎ、②のマンゴー、ミントの葉を盛りつけて、できあがり。

★市販のフルーツ  
ソースやジャムを  
使っても♪



## ラッシーとは？

ヨーグルトと牛乳をベースにした、インド料理でよく飲まれる定番の飲み物です。どろりと濃厚のものからさらりとしたものまで、濃さはいろいろです。