

野菜デザートメニュー部門

食育推進協賛事業者
イズミ賞

夏やさいシャーベット、夏やさいサイダー
勝間小学校2年 袖潤 真凜さんの作品

■材料（2人分）

【夏やさいシャーベット】

ズッキーニ	1本
ミニトマト	10個
オレンジジュース	150ml
ブルーベリー	4～6個

【夏やさいサイダー】

シャーベット（固める前）	大きじ10
サイダー	400ml

料理を作った感想
すごく楽しかった。

一緒に食べた人の感想

夏が旬のズッキーニ★
生で食べやすいシャーベットやドリンクで
野菜嫌いの弟たちも大喜びで食べていま
した♡ シャーベット用ペーストでドリンク
にアレンジして1粒で2度美味しい！！
よく考えたね！！

■作り方

【夏やさいシャーベット】

- ① ズッキーニとミニトマト、オレンジジュースをミキサーにかける。
- ② 冷凍庫で固める。
- ③ ブルーベリーを飾る。

【夏やさいサイダー】

- ① 固める前のシャーベットをコップに入れる。
- ② サイダーを入れて混ぜる。