

12月
行事食

エネプリんクリスマスチョコケーキ

調理時間

15分



エネプリん プロテインプラス
チョコレート味



材料【1人分】

エネプリん プロテインプラス チョコレート味	1個
いちご	1個
ホイップクリーム	10g
チョコレートクリーム	適量
粉砂糖	適量

【1人分】

エネルギー	たんぱく質	脂質	糖質	食物繊維
204kcal	4g	18.8g	4.1g	0.6g

管理栄養士からのPOINT!

クリスマスに、いちごのかわいいサンタクロースをのせた、エネプリんプロテインプラスのチョコレート味です。サンタクロースに歓声が上がりますね。チョコレートクリームはクッキングシートで作ったコルネで絞るか、代わりにチョコペンでも。

作り方

- いちごはヘタを切り落とし、ヘタの部分から2/3のところを切る。ヘタの部分を下にして切り口にホイップクリームを絞り、もう一方のいちごをのせて挟む。ホイップクリームにチョコレートクリームで顔を描く。いちごの帽子の先端と胴体のボタンの位置にホイップクリームを絞り、サンタクロースを作る。
- 器にエネプリん プロテインプラス チョコレート味を出し、いちごのサンタクロースをのせて粉砂糖をふる。