



メスティン de キャンプめし 簡単おいしい！もっちりチーズケーキ

【用意する食材】

- ・クリームチーズ 100グラム ・無脂肪ヨーグルト 50グラム ・牛乳 50cc ・米粉 20グラム
- ・はちみつ 大さじ2 ・レモン汁 小さじ1 ・オレオ 適量

- ▶ オレオをやや粗く砕き、ワックスペーパーを引いたメスティンに敷きつめる
- ▶ アイラップの中に、クリームチーズ/ヨーグルト/牛乳/米粉/はちみつ/レモン汁を入れ だまがなくなるまで混ぜる
- ▶ メスティンに流し込み、弱火で10～15分火にかける
- ▶ 表面が固まったら火を止めて蒸らす
- ▶ 粗熱が取れたら冷蔵庫で冷やし完成！



食べやすいようにカットし
ワックスペーパーで包むと
食べやすく、おしゃれです♪

お好みで、ブルーベリーなどのジャムと一緒に食べても美味しいです！

