

ちょこっと甘い

チョコムース& ココアで生チョコ

〈材料 2人分〉



〈チョコムース〉 1人当たり 272kcal

マシュマロ 50g

牛乳 130ml

板チョコレート 70g

いちご 1個

ミント 適量

〈ココアで生チョコ〉 1人分 2個
1人当たり 131kcal

ココア 60g

はちみつ 40g

ぬるま湯 15~20ml

ココア（仕上げ用） 適量

ちょこっと甘い

チョコムース

🍅🥬🍎🍷🍆 お手軽レシピ
はこだてごはん



- ① 板チョコレートを手で小さく割る
- ② 鍋に牛乳とマシュマロを入れ、中火にかけて
焦げないように泡だて器で混ぜながらマシュマロを溶かす
- ③ マシュマロが溶けたら弱火にする
- ④ 割っておいた板チョコレートを入れ、かき混ぜて火を止める

ちょこっと甘い

チョコムース

🍷🥕🍷🍷🍷🍷
お手軽レシピ
はこだてごはん



- ⑤ チョコレートが溶けたら容器に移し替える
- ⑥ 粗熱が取れたら冷蔵庫で1時間ほど冷やす
- ⑦ 冷えて固まったらイチゴとミントを添えて完成

ちょこっと甘い

ココアで生チョコ

🍅🥕🍆🥒🥔🍌🍷🍷🍷
お手軽レシピ
はこだてごはん



- ① ボウルにココアとはちみつを加えて混ぜる
- ② ぬるま湯を加えてさらに混ぜる
 - ・ 固さを見てぬるま湯を加える
 - ・ 甘さが足りなければぬるま湯の代わりにはちみつを加える

ちょこっと甘い

ココアで生チョコ

🍅🥕🍆🥒🥔🍌🍌🍌
お手軽レシピ
はこだてごはん



③ ココアがそぼろ状になりしっとりしてきたらラップの上に乗せてギュッと丸める

④ ココアをかけて完成

※ 丸めてから冷蔵庫に入れると固まりやすく食べやすくなります