

いちじくメニュー



■ 爽やか！いちじくハニーソーダ

とろっと甘いいちじくの爽やかなドリンク。砂糖不使用でヘルシーに楽しめます。
角切りいちじくとはちみつを合わせて炭酸水を注ぐだけで簡単にできあがります。
さわやかな味わいは暑い季節に最適です。

【材料】1人分

いちじく 1個

はちみつ 大さじ1

炭酸水 150ml

【作り方】

1. いちじくは1cm角に切り、グラスに入れてはちみつと混ぜ合わせる。
2. 1に炭酸水を注ぐ。



■ 素材そのまま！カットいちじく

皮をむいてカットするだけで、素材の味を最も感じられるカットいちじくです。

【材料】1人分
いちじく 1個

参考サイト

<https://oceans->

[nadia.com/recipe/tag/%E3%81%84%E3%81%A1%E3%81%98%E3%81%8F](https://oceans-nadia.com/recipe/tag/%E3%81%84%E3%81%A1%E3%81%98%E3%81%8F)

他「いちじく」のレシピ 226 件