



Herb Recipe.2

フェネルのパイナップルジュース

パイナップルとスパイシーな
フェネルでエスニックな味に

材料 (1人分)

フェネル (ドライ)
……………ティースプーン1杯
熱湯……………100ml
水……………適量
パイナップルジュース (果汁
100%)……………70ml
飾り用のパイナップル ……少量

作り方

1. フェネルをポットに入れ熱湯を注ぐ。5分蒸らし、別のポットに茶こしなどでこして冷ます。
2. グラスに氷を入れ、パイナップルジュースを注ぐ。
3. 2に1を注いでかき混ぜる。あれば、パイナップルを小さな角切りにして飾る。

29
kcal