



Vegeful Mendiante

ベジフル マンディアン

by チョコベジ

ベジフルマンディアンとは？

野菜をおいしく食べる「チョコベジ」の新しいスタイル。ドライベジタブルやドライフルーツでチョコレートを華やかに彩ります。チョコレートと野菜・果物の栄養吸収における相乗効果で、体にも見た目にもおいしいコンテンツです。



日本野菜ソムリエ協会

推奨

準備するもの



ミルクチョコレート



ドライベジタブル ※1



ドライフルーツ ※1



お湯



ボウル (大・小)



ヘラ



型 ※2

※1 お好みの素材をご用意ください。 ※2 シリコン型がおすすめです。

作り方

1



湯せんしたボウルに少しずつ割ったチョコレートを
入れて、ヘラでかき混ぜながら溶かします。

2



溶かしたチョコレートを用意した型に
流し込みます。

3



お好きなドライベジタブル・ドライフルーツなどを
トッピングしてください。

4



チョコレートを冷やして固まったら型から出して
完成です。

アレンジ例

ブラックチョコレートや
ホワイトチョコレートで
作ることで、ベースの
色を変えられます。



チョコレートの混ぜ
方によって、マーブル
などの模様にも
アレンジできます

