

●第三回かけがわ お茶レシピグランプリ/優秀賞作品

# 煎茶入りバナナシェイク

牛乳だけでは  
飲むのが苦手な方も  
バナナと煎茶で手軽に  
おいしく楽しめます。



## 材料(2人分)

牛乳	200cc
バナナ	半分
りんご	4分の1
粉末緑茶	小さじ1杯

## 作り方

牛乳、バナナ、りんご、粉末緑茶をミキサーにかける。  
※バナナは1本でもよい(小さい物なら)