



## ブラックカラント・スムージー

- ❖ 200g 冷凍ブラックカラント果実
- ❖ りんご 1 個
- ❖ 200ml りんご果汁
- ❖ 水

電動ミキサーに、材料を入れてかき混ぜます。とっても簡単に作れるヘルシーなお飲み物！ ぜひ、お試しください。

## ブラックカラント果汁やブラックカラント・シロップを使用した冷たいジュース

ブラックカラント果汁かブラックカラント・シロップを炭酸水と混ぜ合わせます。

水よりも炭酸水と混ぜ合わせる方が、ブラックカラントの風味が良くなります。ブラックカラントの糖分はエネルギーを与えてくれますし、さわやかな酸味は、リフレッシュさせてくれます。

## ブラックカラント果汁やブラックカラント・シロップを使用した温かいお飲み物

お好みに合ったホット・チョコレートにブラックカラント果汁かシロップを加えて下さい。意外な美味しさです。ホット・ブラックカラント・ジュースは、とてもさっぱりとしてリフレッシュ出来るお味です。

## キールとキール・ロイヤル

フランス人は、「キール」と呼ばれるグラスに注いだ白ワインに大匙 1 杯のブラックカラント果汁かシロップを混ぜたカクテルや、「キール・ロイヤル」と呼ばれるスパークリング・ワインにブラックカラント果汁やシロップを混ぜたカクテルを、ゆっくり少しづつ味わって楽しめます。

## スキーの後の後のお酒 「APRES -SKI RUM DO !」

ダーク・ラム酒に 2 倍のブラックカラント・シロップ、6 倍の熱湯を混ぜ合わせます。