

アーモンドミルクカフェショコラ

アーモンドミルクを使って、ショコラ風味のホットドリンクを作りました。

「アーモンドミルクカフェショコラ」。

オシャレに言いましたが、アーモンドミルクをベースにココアとコーヒーをプラスして作るだけです。簡単簡単!

オシャレさをアップするのであれば、ホイップを上から絞ってもいいですね。

身体も温まりますよ!

アーモンドミルクカフェショコラ

材料

- アーモンドミルクコーヒー□約120ml
- ココア□小さじ2

作り方

- アーモンドミルクコーヒーフレーバーを鍋かレンジで温めます。



ココアを入れてよくかき混ぜて出来上がり。
思っていたより髪を切りすぎた日にどうぞ。

アーモンドミルクのコーヒー味を使いました。

ブルーダイヤモンド アーモンドブリーズ コーヒー 200ml×24本
posted with カエレバ
マルサンアイ
Amazonで探す
楽天市場で探す
コーヒー牛乳にアーモンド風味が加わった感じ。
オリジナルより甘いです。

ただこれを使うと結構甘くなります。
甘さが苦手な人とかは、アーモンドミルクやココアを砂糖不使用のもので作ってみてください。

コーヒー感が足りない方は、インスタントコーヒーをちょこっとだけ（小さじ1/3くらい）プラスしてみてくださいね。

妊娠中や授乳中でカフェインを控えている方もいると思います。
一応、一日2~3杯くらいなら特に問題ないそうですが、それでもやっぱり取りたくないって人もいますよね。

そんな人におススメなカフェインレスレシピはこちら↓

材料

アーモンドミルク：約120ml
ココア：小さじ2
カフェインレスインスタントコーヒー：小さじ1/2~1弱

作り方

アーモンドミルクコーヒーフレーバーを鍋かレンジで温めます。
ココアとカフェインレスコーヒーを入れてよくかき混ぜて出来上がり。
寝る前のホッと一息にもピッタリ。

個人的にはこっちのレシピの方が好きです。
最初のレシピより甘さも控えめになってます。

ちなみに私もカフェインは制限していました。
コーヒーだけでなく、緑茶やウーロン茶も飲まないようにしてましたね。

でもココアは飲んでました（笑）
実は知らなかったんですが、ココアにも少しカフェインが入っているんだそうですよ。（コーヒーの1/10程度だそうです）

さすがにそこまでは制限できなかったです(;^_^A

でも最近はおいしいカフェインレスのコーヒーもありますし、カフェイン制限組には優しくなりましたよね！ ●カフェインレスコーヒーもやっぱりネスカフェがウマい！

ネスカフェ ゴールドブレンド カフェインレス 80g
posted with カエレバ
ネスレ日本 2013-09-01
Amazonで探す
楽天市場で探す
おいしいドリンクでも飲んで、たまにはホッと一息。そういうストレス解消も、たまには必要ですよ(o^―^o)