

受験生応援レシピ②

ぐっすり眠れる^{zzz}

はちみつホットミルク



Have a good sleep...



○材料(1杯分)

- ・牛乳 200cc
- ・はちみつ 大さじ1

○作り方

- ①牛乳をマグカップに入れ
600wで1分チンする。
- ②はちみつを入れる。