

材料購入先

※参考となります

生アーモンド

デーツ

ココナッツファイン

生カシューナッツ

ココナッツミルク

ココナッツオイル

メープルシロップ

冷凍マンゴー

12 c m型（底抜けタイプ）

パイナップルはお近くの
スーパー等でご購入いただけます