

RED BERRIES FROZEN YOGURT

www.aliciasown.com

"Una alternativa menos calórica que un helado corriente."

INGREDIENTES

600GR FRUTOS ROJOS

200GR AZÚCAR

250GR YOGUR TIPO GRIEGO

1. CORTAR Y LUEGO MACERAR LOS FRUTOS CON EL AZÚCAR EN EL VASO DE LICUADORA. DEJAR EN LA HELADERA POR 30 MINUTOS.

2. SACAR DE LA HELADERA, AGREGAR EL YOGUR Y LICUAR.

3. PONER EN EL FREEZER HASTA QUE SOLIDIFIQUE.

NOTA: SI EL HELADO ESTÁ CRISTALIZADO, DEJAR A TEMPERATURA AMBIENTE Y VOLVER A LICUAR PARA DEJAR EN EL FREEZER NUEVAMENTE.