Helado De Fruta (Thermomix)

Cooking Service

——— Receta Saludable ———

Fácil | Almuerzo

Ingredientes

- ✔ **3** frutas distintas (sugerimos taza de ananá, taza de frutilla y 1 naranja)
- ✔ **200 gr.** yogur descremado
- ✔ **10** sobres de edulcorante (Stevia o Jual)

Preparación

1. Colocar las frutas en el vaso con el yogur, colocar la tapa. licuar 1 min/VEL 5.
2. Agregar el edulcorante, mezclar, 20 segs/VEL 3.
3. Colocar en moldes para helados de palito.
4. Llevar al freezer por 8 HS ¡8 HELADOS DE PALITO SE PUEDE COMER COMO COLACIÓN O EN REEMPLAZO DE LA FRUTA DE LA MERIENDA!.

Receta creada por **Lic. M. Claudia Sempé** - Nutricionista

"Una buena alimentación es el primer paso hacia una vida más saludable"

Cooking Service
cs@cookingservice.com.ar
15-3685-0038