

# Ghiaccioli homemade allo yogurt e frutta

## Ingredienti

150 gr di frutta fresca priva

di buccia e semi

250 gr di yogurt greco o bianco

intero (o di soia, senza lattosio...)

2 cucchiaini di zucchero (facoltativo)

## Preparazione

1. Lavare la frutta (nel caso abbiate mirtilli, susine, albicocche frutti di bosco ecc.)
2. Frullare nel mixer la frutta con lo zucchero e aggiungere lo yogurt
3. Mettere negli stampini per ghiacciolo e attendere almeno 6 ore

DOSE PER 6 GHIACCIOLI

TEMPO DI PREPARAZIONE: 5 MIN.

TEMPO DI CONGELAMENTO:

ALMENO 6 ORE.

DIFFICOLTÀ: FACILISSIMA

#sweetasacandymag