

Ας φτιάξουμε ένα παγωτό εύκολο και υγιεινό!



Υλικά

- 4 κούπες παγωμένο φρούτο της επιλογής σου
- μισή κούπα γιαούρτι με λιπαρά της επιλογής σου
- 2 βανίλιες
- 3 κουταλάκια του γλυκού μέλι

Εκτέλεση

1) Τοποθετούμε όλα τα υλικά μαζί. 2) Τα χτυπάμε στο μπλέντερ μέχρι να γίνουν μία κρεμώδη μάζα. 3) Βάζουμε το παγωτό σε μπολ στην κατάψυξη και μπορούμε να το αφήσουμε και έναν μήνα.

Παγωτό κεράσι – μπανάνα



Υλικά

- 4 μπανάνες πολύ ώριμες κομμένες σε φέτες και κατεψυγμένες
- ½ φλιτζάνι κεράσια

Εκτέλεση

1) Χτυπάμε στο μπλέντερ μέχρι να λιώσουν τα φρούτα. 2) Βάζουμε το μείγμα στην κατάψυξη και μετά από 2 ώρες είναι έτοιμο.

Παγωτό γρανίτα σοκολάτα



Υλικά

- 2 ώριμες μπανάνες
- 3 κ. της σούπας κακάο σε σκόνη
- 1 βανιλίνη
- 2-3 κ.του γλυκού μέλι
- 1 ποτήρι γάλα

Εκτέλεση

- 1) Κόβουμε τις μπανάνες σε κομμάτια και τις βάζουμε στην κατάψυξη για 8 ώρες.
- 2) Χτυπάμε στο μπλέντερ τα κατεψυγμένα κομμάτια μπανάνας βάζουμε λίγο γάλα και χτυπάμε ξανά.
- 3) Προσθέτουμε ξανά γάλα, το κακάο και το μέλι και το χτυπάμε πάλι.
- 4) Τέλος βάζουμε την βανιλίνη και χτυπάμε ξανά έως να γίνουν κρέμα.
- 5) Συμπληρώνουμε το υπόλοιπο γάλα και το μέλι και χτυπάμε μαζί.
- 6) Τοποθετούμε το μείγμα στην κατάψυξη για να παγώσει καλά.