

SPECIALE ESTATE

Ghiaccioli alla frutta e yogurt
Tagliate a pezzetti 140 g di frutta a scelta (kiwi, pesche, ciliegie, fragole), mescolatela in una ciotola con 1 cucchiaino di zucchero a velo e lasciatela riposare una decina di minuti. Mescolate in un'altra ciotola 160 g di yogurt bianco con 40 ml di latte e 2 cucchiaini di miele. Suddividete la frutta in 4 stampi da ghiacciolo e rabbuccate con il composto di yogurt e latte. Mettete i ghiaccioli in freezer, inserite, dopo 1 ora, i bastoncini e lasciate congelare altre 6-8 ore. Sfornate e servite.



Ghiaccioli al cioccolato con ribes

Porzione Prop. 15 kcal.
Ricco 9 kcal

Ingredienti per 4
cioccolato fondente 70% 70 g
zucchero di canna 15 g
estratto di vaniglia 1/4 di cucchiaino
latte 100 ml
panna fresca 100 ml
ribes rosso
qualche rametto

Preparazione Il cioccolato in una ciotola, unite lo zucchero e la vaniglia. **Portate** a bollore, in un tegame, il latte con la panna e versatelo sul cioccolato. **Lavorate** 1 minuto con una frusta elettrica, lasciate raffreddare e riempite 4 stampi da ghiacciolo. **Metteteli** in freezer e inserite, dopo circa 1 ora, i bastoncini di legno e lasciate congelare ancora 6-8 ore. **Sfornate** i ghiaccioli, premendo la parte esterna degli stampi qualche secondo sotto l'acqua calda, e servite con il ribes.

Dolce
calorie 177
kcal 0,40
spese

Per dolci al top

1. Gli stampi della linea Bambini di Tascos sono dotati di impugnatura colorata e supporto per tenerli in freezer. 2. Il Frigorio Yogurt di Lattitalia Merano di arricchisce di nuove referenze. 3. Alpakar propone un gelato-crema gelato al gusto Sachert. 4. Gli stampi in silicone alimentare della linea Juliette di Guandini possono andare anche in freezer.

