



Dificultad:
Baja



Porciones:
12



Tiempo:
25 minutos

Información Nutricional

Energía:	95 Kcal
Proteínas:	3.2 g
Grasa Total:	3.5 g
Colesterol:	11 mg
H. de Carbono:	12.6 g
Fibra Dietética:	1,3 g
Sodio:	76 mg

PALETAS FRUTALES

Ingredientes

- 1 Tarro de Leche Evaporada IDEAL® bien fría
- 3 Cucharadas de sucralosa en polvo
- 2 Yoghurt SVELTY® natural
- 1 Taza de pulpa de frutilla
- 1 Taza de pulpa de mango
- 4 Kiwis pelados y molidos

Preparación

1 Bate la Leche Evaporada IDEAL® hasta duplicar su volumen, añadiendo poco a poco la sucralosa hasta integrar completamente. Luego agrega el Yoghurt SVELTY® natural y bate nuevamente hasta homogeneizar.

2 Separa la mezcla anterior en 4 bowl en porciones iguales y agrega a cada uno, una pulpa de fruta diferentes y mezcla hasta integrar. (Tambien puedes agregar trozos de fruta como rodajas de kiwi, trozos de piña, etc.)

3 Luego, rellena los moldes heladeros con una porción de cada mezcla, congelando 15 minutos cada uno ante de agregar la siguiente mezcla, intercalando los colores. Finalmente, congela durante 2 horas aproximadamente y para desmoldar sumerge los moldes en agua tibia unos segundos y disfruta de inmediato. Recuerda que la porción sugerida es de 1 paleta por persona.