

## PALETAS CONGELADAS MULTIFRUTALES



Dificultad:  
Baja



Porciones:  
8



Tiempo:  
20 minutos

### Información Nutricional

Energía:	137 Kcal
Proteínas:	3.5 g
Grasa Total:	9.6 g
Colesterol:	31 mg
H. de Carbono:	9.5 g
Fibra Dietética:	1 g
Sodio:	70 mg

### Ingredientes

- 5 Yoghurt natural
- 1 Tarro pequeño de crema NESTLÉ® 157 g
- 3 Cucharaditas semi rasas de sucralosa en polvo
- 300 gr de frutillas partidas en cubos pequeños
- Palos de helados y moldes para paletas

### Preparación

- 1.- Corta las frutillas en pequeños cubos e introdúcelas dentro de moldes o paletas individuales para helados.
- 2.- Aparte junta en un recipiente mediano el yoghurt natural con la crema NESTLÉ®, endulza con la sucralosa en polvo y remueve hasta integrar muy bien. Vierte esta preparación sobre los moldes individuales para helados y lleva al congelador hasta que tomen textura y estén completamente congeladas.
- 3.- Una vez listos desmolda con cuidado, para esto puedes sumergir los moldes por unos segundos en agua tibia y así será más fácil.

### Nota

Esta receta es ideal para prepararla junto a los niños de la casa, será un buen momento para estar juntos.