

Домашнее бананово-клубничное мороженое



На 100 грамм:
Калорийность: **81.75 ккал.**
Белки: **1.89 г.**
Жиры: **1.11 г.**
Углеводы: **16.22 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/domashnee-bananovo-klubnichnoe-morozhenoe/>

Ингредиенты:

- 1 небольшой спелый банан
- 100 г замороженной клубники (так же можно взять чернику, вишню или малину)
- 150 г натурального йогурта
- 1 столовая ложка меда

Приготовление:

Очистить и нарезать банан и положить его в чашу блендера, добавить замороженные ягоды. Взбить до однородной массы.

Добавить йогурт и мед. Хорошо взбить, должна получиться достаточно воздушная консистенция.

Разложить по формочкам. У меня получилось 7 небольших эскимо. И поместить в морозилку минимум на 3 часа.