

Мороженое банановое



На 100 грамм:
Калорийность: **127,64 ккал.**
Белки: **10,28 г.**
Жиры: **5,8 г.**
Углеводы: **8,5 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/morozhenoe-bananovoe/>

Ингредиенты:

- 200 г мягкого творога
- 150 г йогурта без наполнителей
- если нужно - сладите
- 1 банан
- 1 ст. л. сухого молока
- ванилин на кончике ножа

Приготовление:

Творог смешиваем с йогуртом, взбиваем миксером. Банан превратить в пюре вилкой, либо с помощью блендера. Добавляем в творожную массу банан, сухое молоко, ванилин и тщательно взбиваем миксером. Убираем в морозилку. Придется еще немного потрудиться и каждый час наше мороженое взбивать, чтобы получилась однородно застывшая масса. Достаем, украшаем ягодами, по желанию делаем ягодный соус и наслаждаемся прохладной вкусностью.