

Замороженный фруктовый салат с йогуртом



На 100 грамм:
Калорийность: **61,11 ккал.**
Белки: **2,31 г.**
Жиры: **0,94 г.**
Углеводы: **11,23 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/zamorozhennyj-fruktovyj-salat-s-jogurtom/>

Ингредиенты:

- 500 граммов йогурта
- 1 чашка нарезанного ананаса (можно консервированного)
- 1 чашка нарезанной клубники
- 2 или 3 банана, нарезанных

Приготовление:

Всё перемешать, залить йогуртом, снова перемешать. Выложить в контейнер. Заморозить. Примерно 2 часа.