

# Smoothie allo yogurt



## **Ingredienti**

300 g mirtilli neri  
50g zucchero  
250 g yogurt bianco  
200 g latticello  
3 cucchiari di miele  
50 gr Granola o noci tostate  
20g mirtilli neri surgelati

## **Preparazione**

Sciogliere i mirtilli neri insieme allo zucchero in una padella, in modo che le bacche siano ancora intere, ma già leggermente liquide. Mescolare lo yogurt e il latticello con il miele. Versare in un bicchiere e spargere la granola sopra. Infine, versare la miscela di zucchero e mirtilli neri sulla parte superiore. I mirtilli neri congelate e una foglia di menta servono come guarnizione e forniscono la freschezza del frullato.



Sterzinger  
**YOGURT**  
Vipiteno

