



Frozen yoghurt met aardbei en blauwe bessen



INGREDIËNTEN

Voor 4 porties

- 200 g Griekse yoghurt (vol of mager)
- 2 el gekristalliseerd sucralosepoeder (meer of minder afhankelijk van je voorkeur)
- 200 g diepgevroren aardbeien
- 200 g diepgevroren blauwe bessen

BEREIDING

Gebruik een stevige blender, handmixer of hakmolen om je frozen yoghurt te maken. Doe de aardbeien in de kom, samen met 100 gram van de Griekse yoghurt en een eetlepel gekristalliseerd sucralosepoeder.

Blend voor zo'n 3-4 minuten tot een gladde massa. Als je blender veel moeite heeft met de diepgevroren aardbeien, laat ze dan eerst 5 minuutjes staan en probeer opnieuw. Schraap regelmatig met een spatel langs de kanten om de blender vlot te laten draaien.

Is het eindresultaat nog mooi stevig? Dan kan je meteen van de frozen yoghurt genieten. Is het een beetje te lopend? Doe het mengsel dan in een luchtdicht potje en plaats het nog zo'n 30-45 minuten in de diepvriezer.

Herhaal alle stappen met de diepgevroren blauwe bessen.

Schep bolletjes van de twee smaken en serveer eventueel met stukjes vers fruit, nootjes of andere toppings naar keuze.



*t.o.v. een
gesuikerde versie

VOOR ALLE GEVALIDEERDE INFORMATIE OVER ZOETSTOFFEN, SURF NAAR:

www. **ZOETSTOFFEN** .eu