

Smoothie pesca e melone



Ingredienti

- 1 melone medio
- 3 pesche
- 50 g zucchero
- 125 g yogurt bianco naturale
- 1 cucchiaio succo di limone
- qb cubetti di ghiaccio
- decorazione:
- 8 palline melone
- 8 fettine pesca
- menta

- **Portata: Bevande**
- **Tempo: 10"**
- **Persone: 4**
- **Calorie: 144.75 Kcal**
- **Grassi: 1.5 g**

Preparazione

- Mondare il melone e tagliare la polpa a pezzi.



- Sbucciare le pesche e tagliarle a cubetti.



- Porre la frutta nel frullatore e condire con il succo di limone e lo zucchero.



- Versare lo yogurt e i cubetti di ghiaccio (se graditi) e frullare.



- Versate la bevanda nei bicchieri.
- Decorare gli smoothie con gli spiedini di melone e pesca, guarnire con menta e servire.

