

Gelat al moment de fruits vermells

Ingredients per a una ració

- 250 g de fruits vermells (maduixes, gerds, groselles, cireres,...)
- 1 iogurt desnatat
- 25 g de llet desnatada



Elaboració

1. Talleu la fruita a trossos no gaire grans (així es podran triturar millor) i disposeu-la, ben estesa, en un recipient ample al congelador.
2. Traieu la fruita del congelador uns minuts abans de fer-la servir i poseu-la en un recipient apte per triturar. Poseu-hi el iogurt i la llet.
3. Tritureu-ho amb un túrmix a cops ràpids i curts. Si ho tritureu de manera continuada i sense parar, es podria escalfar la barreja i desfer-se. El resultat ha de ser el d'una crema gelada.
4. Poseu el gelat resultant en una copa i decoreu-la amb la fruita que més us agradi.
5. És important que consumiu el plat de seguida que l'acabeu de fer. En el cas que no es pugui, cal posar-lo al congelador però un temps màxim d'una hora.

Podeu afegir-hi edulcorant per endolcir el gelat.

És important que la fruita tingui polpa, que no que sigui de suc, ja que el gelat resultant no tindria consistència. Es pot variar la fruita segons el gust i la temporada (pera, poma, préssec, maduixes, etc.).