



## POLOS DE MELOCOTÓN Y YOGUR



**Tiempo de preparación:** 10 min, más el tiempo de congelación



**Grado de dificultad:** muy bajo

16



**Ingredientes para 4 - 6 polos** (según el tamaño del molde):

- 750 g de melocotón maduro
- 2 yogures naturales
- Azúcar o edulcorante (opcional)



**Preparación:**

1. Pelar los melocotones y tritararlos hasta que quede un puré muy fino. Si crees que les falta un poco de azúcar o edulcorante añádelo ahora, aunque si están bien maduros no será necesario.
2. Introducir en el molde de helados el puré de melocotón y el yogur (pueden ir mezclados o por capas separadas, que queda más vistoso).
3. Guardarlos en el congelador.