

RECIPE

# Bicchiere di yogurt ai frutti rossi, granola e Nutella®

Facile

1 h 0 min



## INGREDIENTI

**per 3 porzioni**

Yogurt greco 140 g  
 Panna fresca liquida 100 g  
 Banana (congelata) 1  
 Mirtilli (congelati) 20 g  
 Lamponi (congelati) 20 g  
 More (congelate) 20 g  
 Miele di acacia 20 g  
 Fiocchi di avena 20 g  
 Nutella® 45 g

### Per la granola

Fiocchi di avena 10 g  
 Noci pecan 30 g  
 Uvetta 10 g  
 Zucchero muscovado 15 g

### Per guarnire

Mirtilli 4  
 Lamponi 2  
 Menta fresca q.b.



**Per questa deliziosa ricetta, la quantità perfetta di Nutella® è 15 g a porzione!**

## PREPARAZIONE

- 1** | Iniziate dalla granola: sciacquate e poi ammolate l'uvetta in acqua calda per 10 minuti, poi scolatela e strizzatela. Tritate grossolanamente le noci pecan e mescolatele con l'avena e l'uvetta scolata e strizzata e lo zucchero moscovado.
- 2** | Mescolate e saltate in padella a fuoco medio per 3 minuti: il mix dovrà risultare leggermente tostato e caramellato. Quindi mettete da parte a far raffreddare.
- 3** | Preparate la crema allo yogurt: frullate nel mixer la banana congelata a pezzi, lo yogurt greco, l'avena, aggiungete le more congelate, i lamponi congelati, i mirtilli sempre congelati e il miele.
- 4** | Frullate il tutto per ottenere una crema omogenea. Montate la panna a neve ferma con le fruste elettriche e aggiungetela delicatamente alla crema. Mescolate dal basso verso l'alto con la spatola. La crema deve riposare in frigo per almeno 1 ora.
- 5** | Intanto ponete Nutella® in una sac-à-poche con bocchetta a stella di circa 6 mm di diametro e riempite ciascun bicchiere in questo modo: uno strato di granola, uno di crema allo yogurt, uno strato di Nutella® (circa 7,5 g). Poi ancora crema allo yogurt e frutta, quindi ancora Nutella®, disponendola su un lato del bicchiere per creare uno strato decorativo.
- 6** | terminate ciascun bicchiere con 1 lampone, 2 mirtilli, della granola e foglioline di menta a piacere. Il bicchiere di yogurt ai frutti rossi, granola e Nutella® è pronto!