

Pesca granatina allo yogurt greco

Una ricetta sana e fresca per gustare la pesca in un modo alternativo!



Nella stagione più calda la **pesca** è una delle protagoniste della tua tavola. Ma se non vuoi gustarla tagliata a fette, prova la sotto forma di **granatina fai-da-te!**

E con lo [yogurt greco](#) fai il pieno di **proteine!**

Una **ricetta sana tutta da provare** che conquisterà anche i commensali più piccoli!

Difficoltà: bassa

Costo: basso

Preparazione: 10 min.

Ingredienti

(per 1 persona)

1 pesca Passo dopo Passo Despar

1 cucchiaio di yogurt greco bianco Despar

2 gherigli di noci Bio, Logico Despar

1 cucchiaino di miele di acacia

2 cubetti di ghiaccio

Procedimento

1. Taglia a metà la pesca, priva una metà del nocciolo e scavane l'interno senza romperla, mantenendo parte della polpa. Taglia l'altra metà a pezzetti e tieni da parte.

2. Metti il ghiaccio nel frullatore, aggiungi il miele e la polpa di pesca. Frulla sino a ottenere una granatina. Farcisci la mezza pesca con la granatina e riponi in congelatore.

3. Al momento del servizio metti il cucchiaio di yogurt greco sopra la pesca e guarnisci con le noci tritate.