# Helados de palito de natilla y helados de yogur

8 de Octubre, 2010

Chef: Lorena Velázquez

| Dificultad: | Rinde: | Duración: | Costo: |
|---|---|---|---|
| Fácil | +12 porc | 20 min | Bajo |

## Ingredientes:

### Para los helados de natilla:

- 3 tazas de natilla sin sal
- 1 ½ tazas de leche
- 1 lata de leche condensada
- ¾ taza de azúcar
- 1 cda. de vainilla
- vasitos de cartón pequeños
- paletas de madera

### Para los helados de yogurt:

- ¾ taza de azúcar
- 2 ½ tazas de frutas (peras, melocotones o fresas, la fruta a su elección)
- 1 ½ tazas de yogurt natural
- ½ taza de agua para licuar la fruta

## Preparación:

**Helados de natilla:**

1. Coloque todos los ingredientes en una olla y lleve a hervor hasta que el azúcar se disuelva. Retire del fuego y deje enfriar la mezcla.

2. Distribuya la mezcla en los vasitos de cartón y lleve al congelador (Esto también se puede hacer en una bandejita de hielo). Una vez que comience a cuajar la mezcla coloque los palitos.

3. Cuando estén bien congelados, retire del congelador, saque los helados del vasito y sirva.

**Helados de yogurt:**

1. Haga un puré en la licuadora con la fruta y el agua.

2. Incorpore 1 1/2 taza de yogurt natural y el azúcar.

3. Coloque la mezcla en vasitos y deje por al menos 6 horas en el refrigerador.

4. Antes de que se congelen, inserte una paleta de madera en los helados.

©PRODUCCIONES TALAMANCA VERDE S. A. Todos los derechos reservados.

Todos los contenidos dentro de la dirección en Internet www.saboresenlinea.com son propiedad de Producciones Talamanca Verde S.A.
Está prohibida su reproducción con fines de lucro.