

## Helado de mango:

### Ingredientes:

- 2 mangos grandes
- 1 hoja de gelatina neutra
- 1 yogurt natural cremoso
- 3 cucharadas soperas de azúcar (o miel)
- Unas hojitas de menta (opcional)



### Preparación:

- Hidratar la gelatina en agua fría y calentarla ligeramente con un poco de agua para deshacerla
- Lavar, pelar y trocear el mango
- Introducirlo en una picadora o similar, junto con el azúcar, el yogurt, unas hojas de menta (opcional) y la gelatina
- Triturar y dejar la pasta resultante en un molde de aluminio e introducir en el congelador hasta que solidifique
- Servir sobre galleta para helados o bien en una copa. Podemos decorar con unas virutas de chocolate negro