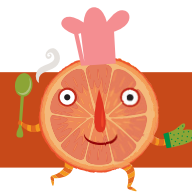


RICETTE
D'ARANCIA

FRAPPAGRUMI



Dosi e ingredienti per 2 bimbi assetati di vitamine

- 1 arancia da spremere (80/100 g)
- 40 g di pomodorini maturi
- 20 cl di succo di melograno
- 40 g di yogurt magro
- 30 g di fiocchi d'avena
- 20 g di miele di agrumi o millefiori

Attrezzature particolari: un frullatore che userà un adulto.

Procedimento

- Spremere l'arancia.
- Tagliare con attenzione i pomodorini a metà.
- Versare nel boccale del frullatore il **succo di melograno, la spremuta, il miele, i pomodorini e lo yogurt.**
- Chiedere a mamma o papà di mettere in funzione il frullatore. Bastano **30 secondi di accensione.**
- Il frappè va versato in un bicchiere lungo e sopra **si colora** di coriandoli di fiocchi d'avena.

