

## Paletas heladas de mango

### Ingredientes:

- 4 mangos picados
- 3 tazas de yogurt natural —si quieres un sabor más intenso, cámbialo por sabor mango; si quieres una versión más tropical, por coco.
- Media taza de leche

### Utensilios:

- Moldes de paletas o vasos pequeños de plástico.
- Palitos de madera
- Licuadora

### ¡A preparar!

1. Pon todos los ingredientes en la licuadora y deja que se mezclen por completo.
2. Vacía la mezcla en los moldes y coloca los palos de madera en cada uno.
3. Acomoda los envases en el congelador y déjalos ahí durante 4 horas.
4. Cuando haya pasado el tiempo, sácalos del conge, sumerge la parte inferior del molde en agua tibia durante 10 o 20 segundos y jala el palito.
5. Es momento de compartir tu gran creación con tu familia y amigos. ¡A saborear se ha dicho!

