

PARFAIT DE YOGURT, FRESAS Y MORAS

Ingredientes:

- 2 tazas de fresas frescas, cortadas en rodajas
- 1 taza de moras frescas
- 4 sobres de Nativia con Probióticos
- 2 tazas de yogurt griego
- 1 taza de avena
- 1/2 taza de nueces o almendras picadas
- 1/4 taza de mantequilla derretida
- Una pizca de canela (opcional)

Preparación:

1. Precalentá el horno a 180°C (350°F).
2. En un tazón, mezclá las fresas y moras con dos sobres de Natuvia. Reservá esta mezcla para que las frutas liberen sus jugos.
3. En otro recipiente, mezclá el yogurt griego con los otros dos sobres de Natuvia. Reservá en el refrigerador para que tome un poco de firmeza.
4. En un tazón aparte, combiná la avena, las nueces o almendras picadas, la mantequilla derretida y la pizca de canela (si estás utilizando).
5. Extendé esta mezcla de avena y nueces en una bandeja para hornear forrada con papel pergamino, formando una capa uniforme.
6. Horneá la mezcla de avena y nueces en el horno durante unos 10-15 minutos, o hasta que esté dorada y crujiente. Remové ocasionalmente para que se tueste de manera uniforme.
7. Mientras tanto, colocá las frutas marinadas en un recipiente apto para horno y horneá por unos 8-10 minutos hasta que las frutas se ablanden ligeramente y suelten sus jugos.
8. Para servir, colocá capas alternas de yogurt griego endulzado con Natuvia, frutas horneadas y el crocante de avena y nueces en vasos o copas individuales.
9. Repetí las capas hasta llenar los vasos y terminá con el crocante de avena por encima.