

# Copas de Yogurt con Granola y Frutas



## Ingredientes

- 2 tazas de yogurt natural
- 2 tazas de granola
- 2 tazas de fresa o frambuesa picadas
- 4 cucharadas de miel



## Preparación

En 4 copas de martini, o copas de vino o vasos transparentes, ponga 2 cucharadas de yogurt (en cada una).  
Luego ponga 2 cucharadas de fresas (esparza bien para cubrir la superficie).  
Siga con otras 2 cucharadas de yogurt.  
Luego 2 cucharadas de granola.  
Y termine con el resto del yogurt.  
Ponga unas gotas de miel y fruta picada encima y disfrute.

[www.laultima dietadetuvida.com](http://www.laultima dietadetuvida.com)

Con todo el respaldo de DermaludColombia.com