

Lassi de mango

Preparación: 10 min
Rinde hasta: 4

Ingredientes

- 2 tazas de yogurt natural
- 2 tazas de mango fresco o congelado (unos 3 mangos sin semilla y cortado en cubos)
- 1/4 de taza de azúcar
- 1 taza de leche sin azúcar de su elección
- 1/4 de cucharadita de cardamomo, canela o jengibre molido (opcional)
- 4-5 cubitos de hielo

Instrucciones



¡Comienza con las manos limpias!
Lávate las manos con jabón y agua

1. Añada todos los ingredientes a la licuadora. Licúe hasta que quede sin grumos y espumoso.
2. ¡Sirva inmediatamente y buen provecho!



El **lassi** es una bebida fría de yogur originaria de la India, parecida a un batido. Puede ser dulce o salado. Suele prepararse con fruta y especias como cardamomo, canela o azafrán.