



Lassi, boisson au yogourt

Ingrédients

- 500 ml de yogourt nature
- 250 ml d'eau minérale Jardini
- 1 à 2 c. à soupe de fructose ou de sucre
- Feuilles de menthe pour décoration en quantité suffisante

Préparation

1. Mélanger le yogourt avec le fructose ou le sucre avec un petit fouet.
2. Ajouter quelques cubes de glace, mélanger en incorporant l'eau minérale Jardini en filet jusqu'à ce que le mélange soit bien homogène.
3. Présenter avec une feuille de menthe.

Note : Servir tout de suite, de préférence ne pas préparer cette boisson à l'avance.