

## Frozen yogurt à la framboise

Chaque année j'ai tendance à me liquéfier dès les premiers coups de chaleur, telle une flaque d'eau humaine. Ceux qui savent que je viens d'une île doivent bien rire quand ils découvrent que je ne supporte pas la chaleur... Eh bien quoi? Il doit bien y avoir des esquimaux qui grelottent en hiver non (et je ne parle pas des bâtonnets glacés)? Une légende urbaine dit aussi que je me plains tout le temps: je ne supporte ni la canicule ni le froid sibérien, il paraît, jamais contente la mère Piment Oiseau! Mais quand le mercure frôle les sommets, j'ai trouvé la solution pour ne plus râler, du moins le temps que ça dure (sachant qu'une glace fond en 5 secondes quand il fait 38°C à l'ombre): un frozen yogurt ! Hyper facile à faire, ça ne nécessite pas de cuisson, pas de sorbetière, pas de gros muscle, et seulement 2 ingrédients: ce dessert est une ode à la perfection pour toute flemmarde qui se respecte. Et vous, quelle est votre solution anti-canicule

[Imprimer](#)

Frozen yogurt à la framboise

Auteur: Piment Oiseau

Temps de préparation: 5 minutes

Temps de cuisson:

Temps total: 5 minutes

## Y a pas que les frites dans la vie

Pimenté par TOUPARGEL

<http://yapasquelesfritesdanslavie.fr>

---

Pour 4 personnes

### Ingredients

- - 400 g de [framboises surgelées](#)
- - 400 g de yaourt nature grec

### Instructions

1. Mettez les framboises encore surgelées dans un robot et ajoutez le yaourt. Mixez jusqu'à consistance d'une glace. Servez sans attendre.

---

Astuce : si la glace ramollit trop vite, entreposez-la 20 min au freezer avant de la servir.

---