



## Овошни лижавчиња

Овие едноставни овошни лижавчиња се многу лесни за подготовка и се вистинско освежување за топлите летни денови - направени од овошје и природен овошен сок, тие се здрава и евтина замена за сладолед кој може да го подготвите за вашето семејство и пријателите!



### Состојки:

- 1 чаша сок од киви/ зелено јаболко
- 1 чаша сок од јагоди
- 1 чаша сок од портокал
- 2 киви
- Една рака јагоди
- 6 стапчиња

### Чекор 1

Прво исечкајте го овошјето на помали парчиња.

Ние употребуваме киви и јагоди, но вие можете да го замените овошјето во зависност од бојата и годишното време.

### Чекор 2

Ставете од парчињата овошје во калапите и врз нив ставете го сокот.

Калапите ставете ги во ладилникот неколку часа и потоа наместете ги и стапчињата.

Ние користиме пластични стапчиња, но можат да се стават и дрвени.

### Чекор 3

По 3-4 часа извадете ги од фрижидер.

Лижавчињата многу лесно се вадат од силиконските калапи.

### Совет

Истата техника можете да ја употребите и за подготовка на замрзнат јогурт или мини сладоледи во калапите за мафини.

Доколку имате време можете да додавате и замрзнувате повеќе слоеви различен сок и лижавчињата ќе бидат шарени.



**Користени производи:**



**Калап за Мафини**



Ти благодариме што си дел од МоиРецепти заедницата.  
Испрати го твојот омилен рецепт на [www.moirecepti.mk](http://www.moirecepti.mk)