

ΣΟΡΜΠΕ ΠΕΠΟΝΙ



Υλικά

4 φλ. πεπόνι κομμένο σε κύβους

½ φλ. μέλι

Χυμός 1 λεμονιού

φλ. νερό ζεστό

Εκτέλεση

Βάλτε το πεπόνι 2 ώρες στην κατάψυξη για 2 ώρες.

Διαλύστε το μέλι με το ζεστό νερό.

Χτυπήστε το πεπόνι με το μέλι, το νερό και το χυμό λεμονιού στο μπλέντερ, μέχρι να γίνει ομοιόμορφο μείγμα.

Βάλτε το μείγμα σε πλαστικό δοχείο στην κατάψυξη μέχρι να παγώσει.

1 μερίδα αποδίδει 110 θερμίδες