

## Λεπτές μπάρες frozen yogurt με τραγανές μπουκιές βρώμης & φρούτα

**Μερίδες:** 10 **Χρόνος προετοιμασίας:** 10 λεπτά **Χρόνος ψησίματος:** - **Χρόνος αναμονής:** 6 ώρες **Σκεύος:** ταψί 35X20εκ.

Μετά το πρώτο πάγωμα, φυλάμε το yogurt bark καλυμμένο στην κατάψυξη για 1 εβδομάδα.

### Υλικά:

- 500 γρ. στραγγιστό γιαούρτι
- 2-3 κ.σ. μέλι
- ξύσμα από 1 μικρό ακέρωτο λεμόνι
- 100 γρ. φρέσκα ή κατ/να μύρτιλλα
- 120 γρ. [Quaker Τραγανές Μπουκιές με φρούτα](#)

### ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

- 1) Σε μπολ ανακατεύουμε καλά το γιαούρτι με το μέλι και το ξύσμα λεμονιού. Δοκιμάζουμε και αναπροσαρμόζουμε το μέλι αναλόγως τα γούστα μας.
- 2) Προσθέτουμε τη μισή ποσότητα από τα μύρτιλλα και τις [τραγανές μπουκιές Quaker με φρούτα](#) και τα ενσωματώνουμε στο μείγμα με απαλό ανακάτεμα.
- 3) Απλώνουμε μια λαδόκολλα σε ταψί (που να χωράει στην κατάψυξή μας) και απλώνουμε το μείγμα με μαρίζ, έτσι που να έχει πάχος 1-2 εκατοστά.
- 4) Πασπαλίζουμε όλη την επιφάνεια με τα υπόλοιπα μύρτιλλα και τις [τραγανές μπουκιές Quaker με φρούτα](#) και τα πατάμε ελαφρά να κολλήσουν στο μείγμα γιαουρτιού.
- 5) Βάζουμε στην κατάψυξη για τουλάχιστον 4-6 ώρες ή μέχρι να παγώσουν εντελώς.
- 6) Βγάζουμε από την κατάψυξη, μεταφέρουμε τη λαδόκολλα σε ξύλο κοπής και με γρήγορες κινήσεις σπάμε το frozen yogurt με τη βοήθεια μαχαιριού σε κομμάτια. Σερβίρουμε επιτόπου και τα υπόλοιπα κομμάτια που δεν σκοπεύουμε να καταναλώσουμε, τα φυλάμε καλυμμένα στην κατάψυξη.

**VEGANIZE IT:** Για τη vegan εκδοχή του γλυκού, χρησιμοποιούμε επιδόρπιο γιαουρτιού καρύδας χωρίς ζάχαρη, που βρίσκουμε σε μεγάλα σουπερ μάρκετ ή καταστήματα με vegan προϊόντα και maple syrup αντί για μέλι.