

**Creador:** Gladys Tigrera **Recetizador:** Mone X



**Tiempo:** 15 minutos

**Dificultad:** Fácil

**Tipo de plato:** Postre

**Tipo de cocina:** Normal

**Otros:** Cocina Creativa

**Coste:** Muy económico

**El truco de esta receta:**  
servirlo frío

**Descripción:**

nebulosas de yogur

**Ingredientes para 6 personas :**

- un botito de cirope pqño., 4 yogures. 2 banana de cirope de chocolate,yogur de banana, banana, hojuelas de maiz,barritas de creales y msm

**Preparación:**

**Paso 1**

coger los 6 vasitos „le colocas un chorrito de cirope a cada uno , una cucharadita de yogur ya mezclado para que este más líquido y poderlo manejar, la banana ya rebanada unas 4 por c/ vaso y seguimos el proceso hasta culminar como empezamos por ultimos roceamos con msm y el palito de ceales. seguidamente a la nevera para servirlo frío .