

**SPOOKY**

# Healthy Halloween BooNana Ghost Pops

## Ingredients:

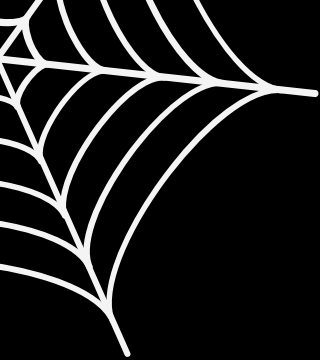
- 3 bananas
- $\frac{3}{4}$  cup vanilla yogurt (not Greek yogurt)
- 12 mini chocolate chips
- 6 wooden ice pop sticks

Serving Size: 1    Yield: 6 Servings



## Instructions:

1. Line a 9-inch baking pan with waxed paper.
2. Peel the bananas and cut them in half crosswise at a slight angle. Insert a wooden ice pop stick into the cut end of each banana and push it about halfway up.
3. Put the yogurt into a small bowl. Hold onto the pops by the wooden sticks and roll each banana in the yogurt to coat the surface. Let excess yogurt drip back into the bowl. Lay the pops in the baking pan. You will have leftover yogurt.
4. Push the pointy top of 2 chocolate chips into each banana to make the eyes of the ghosts.
5. Place the pops in the freezer to firm up, at least 3 hours.
6. Remove pops from the freezer. Use a knife to trim any yogurt that dripped and froze along the sides of the banana.
7. Serve straight from the freezer.



# Sano Halloween

## BooNana paleta fantasma

SPOOKY

### Ingredientes:

- 3 plátanos
- $\frac{3}{4}$  taza yogurt de vainilla (no yogur griego)
- 12 mini chips de chocolate
- 6 palillos de madera del estallido del hielo

Tamaño de la porción: 1  
Rendimientos: 6 porción



### Instrucciones:

1. Forra una bandeja para hornear de 9 pulgadas con papel encerado.
2. Pele los plátanos y córtelos por la mitad en forma de cruz en un ligero ángulo. Inserte un palo de paleta de hielo de madera en el extremo cortado de cada plátano y empújelo hasta la mitad.
3. Pon el yogurt en un tazón pequeño. Sostén los pops junto a los palos de madera y enrolla cada plátano en el yogurt para cubrir la superficie. Deje que el exceso de yogurt gotee de nuevo en el tazón. Pon los pops en la bandeja para hornear. Tendrás yogurt sobrante.
4. Empuje la parte superior puntiaguda de 2 chips de chocolate en cada plátano para hacer que los ojos de los fantasmas.
5. Coloque los pops en el congelador para reafirmar, por lo menos 3 horas.
6. Retire los estallidos del congelador. Use un cuchillo para recortar cualquier yogurt que gotee y se congele a lo largo de los lados del plátano.
7. Servir directamente del congelador.