

Owocowy mus



2MILUTKA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

kiwi	3 sztuki
jabłko	1 sztuka
bita śmietana	
banan	2 sztuki

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Jabłko obieramy ze skórki kroimy na ósemki wydrążamy pestki owoce kiwi i banany również obieramy ,wszystkie owoce kroimy na małe kawałki jeden plasterki kiwi zostawiamy do dekoracji,przekładamy do garnka i miksujemy blenderem na pyszny puszysty mus owocowy. Dzielimy na porcje wlewamy do salatek dzieciakom na wierzch dałam kleks bitej śmietany dekorujemy pozostałym plasterkiem owocu. Polecam osobom będącym na diecie- źródło witamin.