

Sałatka owocowa

DANUTA_PROROK



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

banan	3 szt
ananas	1 szt
brzoskwinie	2 szt
mandarynka	3 szt
pomarańcza	2 szt
jabłko	2 szt
kiwi	3 szt
syrop owocowy	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Banany, ananas, mandarynki, pomarańcze, umyć dokładnie gorącą wodą, obrać ze skórki i pokroić w małą kostkę. Brzoskwinie, jabłka i kiwi, dokładnie umyć pod ciepłą bieżącą wodą. Jabłka pokroić w ćwiartki i usunąć gniazdka nasienne, a z brzoskwiń pestki. Brzoskwinie, jabłka i kiwi też pokroić w drobną kostkę. Wszystkie owoce wymieszać razem i połączyć syropem owocowym (może być truskawkowy albo malinowy). Owoce można połączyć bitą śmietaną. Ale to już bomba kaloryczna.