

Surówka owocowa



PRZEMEK5



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

pomarańcze bez pestek 1

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Ananasa przekroić. Miąższ wyciąć i pokroić w małe kawałeczki. Banany pokroić w plasterki, pomarańcze podzielić na części. Cukier wymieszać z sokiem z cytryny i rumem. Zalać owoce i włożyć je do wydrążonych połówek ananasa. Wstawić do lodówki na 2-3 godziny