

Banany w sosie z jabłek i kiwi

Przepis dodany przez użytkownika ewa1257

pyszny deser

Czas przygotowania: 20 minut

Ilość porcji: 3-4

Stopień trudności: łatwe

Koszt: 12 PLN

Kaloryczność: 280 kCal

Potrzebne składniki:

- kwaśne jabłka - 2 szt.
- sok z cytryny - 1 łyżeczka(i)
- sok pomarańczowy - 200 ml
- skrobia sponżywcza - 2 łyżka(i)
- kiwi - 4 szt.
- banany - 4 szt.
- olej rzepakowy - 1 łyżka(i)
- cukier - 2 łyżka(i)

Przydatne akcesoria:

mikser

Etapy przyrządzania:

- 1.** Obrać jabłka, przekroić na połówki, usunąć gniazda nasienne. Miąższ zetrzeć na tarce i wymieszać z sokiem z cytryny. Zagotować sok pomarańczowy, wrzucić do niego jabłka i gotować na średnim ogniu, aż się rozpadną. Rozpuścić skrobię w niewielkiej ilości wody, dodać do sosu.
Obrać kiwi, jeden owoc pokroić na kawałki, resztę zmiksować. Dodać wszystko do sosu i schłodzić.
Obrać banany, przkroić na połówki. Wrzucić je na rozgrzany tłuszcz i dusić na średnim ogniu. Następnie posypać cukrem i karmelizować. Podawać z przygotowanym sossem owocowym.

Jak podawać?

na salaterkach