

Sałátka owocowa

Przepis dodany przez użytkownika meg47

Smacznego :)

Ilość porcji: 1-2

Stopień trudności: bardzo łatwe

Potrzebne składniki:

- mandarynki - 4 szt.
- kiwi - 4 szt.
- orzechy włoskie - 1
- banany - 2 szt.
- kawałek ananasa -
- pomarańcza - 1 szt.
- cytryna - 1/2 szt.

Etapy przyrządzenia:

- 1.** Mandarynki dokładnie umyć, wytrzeć, obrać, oddzielając białą skórę, podzielić na części.
- Owoce kiwi starannie umyć, obrać ostrym nożem, pokroić w dość cienkie plasterki.
- Pokroić ananasa na drobne kawałki, odrzucając twarde środkowe części.
- Umyte banany obrać i pokroić, od razu wymieszać z pozostałymi rozdrobnionymi owocami.
- Skropić sałatkę sokiem wyciśniętym z cytryny zmieszany z sokiem z pomarańczy.
- Z orzechów włoskich zdjąć skorupkę, wyjąć, zdjąć cienką skórę, rozdrobnić, posypać sałatkę, przed podaniem lekko schłodzić w lodówce.

