

Sałátka owocowa

Przepis dodany przez użytkownika patryshia

Pyszna, zdrowa, niskokaloryczna sałatka

Ilość porcji: 1-2

Stopień trudności: bardzo łatwe

Potrzebne składniki:

- 2 banany -
- 2 mango -
- 2 mandarynki -
- mały melon -
- Sos: -
- 2 łyżki miodu -
- sok z jednej cytryny -
- szczypta soli i mielonego imbiru -
- listki miety lub melisy do dekoracji -

Etapy przyrządzania:

- 1.** Dokładnie wymieszać miód z sokiem z cytryny, imbirem i szczyptą soli. Melon przekroić na pół, usunąć pestki, specjalną łyżeczką wyciąć kulki. Banany i owoce mango obrać i pokroić na plasterki, mandarynki obrać i podzielić na cząstki, usunąć pestki. Owoce połączyć, polać sosem, mocno schłodzić. Przed podaniem udekorować listkami miety lub melisy

