

Sałatka witaminowa

Przepis dodany przez użytkownika patryshia

Zdrowa pyszna sałateczka pełna witamin!!

Ilość porcji: 1-2

Stopień trudności: bardzo łatwe

Potrzebne składniki:

- 30 dag moreli -
- 30 dag śliwek -
- 30 dag brzoskwin -
- mały żółty melon -
- Sos: -
- łyżka płynnego miodu -
- ćwierć łyżeczki mielonego kardamonu -
- 2 łyżki soku z cytryny -
- ewentualnie łyżka koniaku -

Etapy przyrządzenia:

- 1.** Melon umyć, przekorcić na pół, usunąć pestki i specjalną łyżeczką wyciąć kulki z miąższu. Brzoskwinie, morele i śliwki umyć, usunąć pestki, miąższ pokroić w grubą kostkę. Dokładnie wymieszać miód z kardamonem i sokiem z cytryny. Owoce włożyć do salaterki, skropić sosem, delikatnie wymieszać i schłodzić (ewentualnie skropić koniakiem). Mocno schłodzoną sałatką wypełnić wydrążone połówki melona

