

Kokosowa fantazja

Przepis zaproponowany przez Gdziebylca: sskubiss, dnia 7 Stycznia 2012r. o 12:18

Tagi: kokos, mleko, owoce, mango, melon, brzoskwinia

Rodzaj dania: dania jarskie desery owoce

Rodzaj kuchni: europejska

Rodzaj mięsa:

Składniki przepisu

Nazwa	Ilość	Miara	Kategoria produktu
mango	1	szt.	owoce
melon żółty	1	szt.	owoce
melon zielony	1	szt.	owoce
brzoskwinia	2	szt.	owoce
mleko kokosowe	100	ml	płyny i sosy
cukier	2	łyżeczka	dodatki

Opis

1. Myjemy wszystkie owoce, przygotowujemy w następujący sposób:

-wydrążamy kulki z melonów (lub kroimy w niewielkie kawałki),

-mango obieramy ze skóry i kroimy w kostkę,

-brzoskwinie kroimy na kawałki.

2. W szklance mieszamy mleko kokosowe z cukrem

3. Przekładamy wymieszane owoce do salaterek, polewamy mlekiem kokosowym.

Pyszna, orzeźwiająca i mega-witaminowa Kokosowa fantazja.



Dla ilu osób: 4

Danie dietetyczne: tak

Poziom skomplikowania: łatwe do przygotowania

Czas przygotowywania: 0godz. 15min.

Caną:

Liczba kalorii: