

Salade de fruits maison

Dessert



Note : 1

Portions :4 parts

Difficulté : 1

Temps de préparation :15 min

Temps de cuisson/repos :30 min

Calories par portion : 129 Kcal

Charge glycémique par portion: 13.635

Les ingrédients

- 1.0 u Banane
- 2.0 u Kiwi
- 2.0 u Pomme
- 1.0 u Orange
- 1.0 cs Sucre canne

Préparation des fruits

Épluchez tous les fruits et découpez en cube.

Dans un saladier, mettre tous les cubes de fruits, rajouter la cuillère de sucre de canne. Mélangez bien.

Filmez pour mettre au réfrigérateur pendant au moins 30 min.

Présentation

A servir bien frais avec une boule de glace vanille.