

Ovocný salát s ořechy

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 3

- Citrónová šťáva 1 lžíce
- Jablko 2 ks
- Červené hroznové víno 1 ks
- Karamelová poleva 1 ks
- Hruška 2 ks
- Litchi 3 ks
- Vlašské ořechy 1 hrst
- Med 2 lžíce
- Bílé hroznové víno 1 ks

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Snadné

Určen pro: Vegani

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 3

Postup:

Hroznové víno omyjeme, část kuliček rozpůlíme, je-li třeba zbavíme je zrníček. Hrušky a jablka oloupeme a zbavíme jádřinců. Jablka nakrájíme na plátky a hrušky na kostky. Oloupeme litchi, vyjmeme pecku a nakrájíme na pásy. Oloupané mandarinky rozdělíme na dílky, pokud jsou větší, můžeme je překrojit.

V misce veškeré ovoce smícháme, přidáme rozpůlená jádra ořechů, pokapeme citronovou šťávou smíchanou s tekutým medem a salát necháme vychladit.

Při podávání rozdělíme ovocný salát do misek a přelijeme karamelovou polevou.