

Ovocný salátový mix

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Metaxa 1 ks
- Med 1 ks
- Citrónová šťáva 1 ks
- Broskev 1 ks
- Ananas 1 ks
- Žlutý meloun 1 ks
- Červené blumy 1 balení
- Hroznové víno 1 ks
- Vodní meloun 1 ks

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

K přípravě potřebujeme šťavnaté ovoce jako jsou broskve, zralé červené blumy, hrozny bez pecek, červený nebo žlutý meloun, ananas a jiné oblíbené ovoce.

Všechno ovoce důkladně očistíme a oloupeme. Nakrájíme je na kostičky do mísy. Podle množství ovoce pokapeme šťávou z citronů a osladíme medem. Dobře promícháme a můžeme zastříknout metaxou.

Ovocný salátový mix dáme dobře vychladit asi na 3 hodiny. Ovoce pustí mnoho šťávy a zůstane v ní

ponořené. V letních dnech je tento salát vynikající.