

Ovocný salát s brusinkami

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 2

- Mango 1 ks
- Med 2 lžíce
- Sušené brusinky 100 g
- Kiwi 1 ks
- Jablko 1 ks
- Mletá skořice 1 lžička
- Mandarinka 2 ks

Doba přípravy: 15 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 2

Postup:

Jablko oloupeme, vyjmeme jádřinec a nakrájíme na kostky. Mandarinku oloupeme, rozdělíme na měsíčky, které ještě pokrájíme, kiwi oloupeme a také nakrájíme. Mango zbavíme slupky a okrájíme od tvrdého středu, pak nakrájíme na kousky.

Ovoce v míse promícháme i s brusinkami, zasypeme skořicí a rozdělíme do misek. Salát pokapeme medem.

Ovocný salát s brusinkami podáváme jako svačinku či snídani.