

Jabaki salát

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Cukr krupice 2 lžíce
- Smetanový jogurt 1 ks
- Banán 3 ks
- Pomeranč 1 ks
- Mandlové lupínky 1 balíček
- Kiwi 4 ks
- Jablko 3 ks
- Šlehačka ve spreji 1 ks

Doba přípravy: 20 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Oloupeme jablka, banány a kiwi, všechno ovoce nakrájíme.

V míse ovoce lehce promícháme a pokapeme šťávou vymačkanou z pomeranče, posypeme cukrem podle chuti a přidáme opražené mandlové lupínky. Část lupínků si odložíme na ozdobu. Přimícháme smetanový jogurt nebo hustou zakysanou smetanu.

Jabaki salát rozdělíme do mističek. Na každou porci dáme kopeček šlehačky a posypeme mandlemi. Jabaki salát podáváme s piškotem nebo jen tak.