

Ovocný salát s jogurtem a opraženým kokosem

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: Monyszek



Suroviny

Porce: 4

- Červený pomeranč 2 ks
- Mango 2 ks
- Nektarinky 3 ks
- Švestky 3 ks
- Kuličky modrého vína 2 hrst
- Cukr podle chuti 100 g
- Bílý hustý jogurt 1 kelímek
- Kokosový ořech, dužina na plátky, lehce opražená 1 ks
- Caffè Latte nebo cappuccino k podávání 4 šálek

Doba přípravy: 15 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Bez vaření - např. u salátů

Zařazení: Oběd

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Pomeranče oloupejte a odřízněte i zbytky bílé části kůry, poté je nakrájejte na tenká kolečka. Manga oloupejte, dužinu odkrájejte od semen, nektarinky i švestky vypeckujte a kuličky vína přepulte a zbavte jadérek. Ovoce naaranžujte na talíře, pokud chcete, pocukrujte, přelijte jogurtem a podávejte s opraženými kousky kokosu.

