AUFWAND	KOCHDAUER	SAISON	HERKUNFT
klein	30 Min.	ganzjährig	international

EXOTISCHER FRUCHTSALAT



Rezept und Foto: compactcook.com

KURZ VORGESTELLT

Mit einer farbigen Auswahl an reifen Früchten gelingt das paradiesische Dessert. Der Nachtisch mit frisch geschnittenen Früchten ohne zusätzlichen Zucker ist gesund und unterstützt die Verdauung.

ZUTATEN (4 PERSONEN)

1	Ananas	2	Grapefruit
2	Mango	1	Wassermelone
2	Kiwi	1	Papaya
1	Banane	8	Litschi
2	Orange	1 EL	Honig
		1 St	Zitronengras

ZUBEREITUNG

1. Ananas, Mango, Kiwi und Banane in 1 cm grosse Würfel schneiden. Saft beiseite stellen.
2. Orangen und Grapefruit filetieren. Saft beiseite stellen.
3. Mit dem Apfelausstecher aus Honigmelonen und Papayas Kugeln ausschneiden. Saft beiseite stellen.
4. Litschi in kleine Stücke schneiden. Saft beiseite stellen.
5. Saft mit Honig und klein geschnittenem Zitronengras auf kleinem Feuer ca. 10 Min. köcheln und absieben.
6. Früchte sorgfältig in grosser Schüssel vermengen und auf Teller verteilen. Honigsaft auf die Früchte träufeln und servieren.