

Obstsalat

Zutaten:

Obst:

400 g Orangen (2)
300 g Bananen (2)
200 g Äpfel (2)
50 g Walnüsse
1 Kiwi
50g blaue Trauben

Soße:

Fruchtsaft
1/8 l Wein oder Wasser
1 Eßl. Honig
Saft einer Zitrone

Verarbeitung:

Soße:

In eine Glasschüssel Fruchtsaft, Weißwein oder Wasser geben und den Honig darin auflösen.

Obst:

Orangen, Äpfel und Bananen schälen und gewürfelt in die Schüssel geben. Überschüssigen Fruchtsaft mit dazugeben. Das ganze mit dem Saft der Zitrone übergiesen.

Walnüsse, Trauben und Kiwi vorbereiten und damit den Obstsalat verzieren.