

Melounová bowle bez alkoholu

Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 0min
Celkový čas: 20min , Porce: 6

5 kalorií , 0 g cukrů , 0 g tuků , 0 g bílkovin

Autor: andrea92

Odkaz: <https://srecepty.cz/melounova-bowle-bez-alkoholu>

Příprava

Všechno ovoce oloupeme, mango vypeckujeme, meloun zbavíme semínek, hrušky jádřinců. Nakrájíme na stejně velké kostky - asi 1 cm. Nakrájené ovoce opatrně přendáme do mísy a dáváme pozor, aby nám zbytečně moc šťávy nezůstalo na prkénku. Přidáme citronovou šťávu, přilijeme minerálku a důkladně ale jemně zamícháme. Necháme vychladit v lednici alespoň 2 hodiny.

Tip k receptu

Lepší je použít ochucenou minerálku. Já preferuji příchutí hroznů nebo granátového jablka. Pokud jste v časovém presu, je dobré mít všechny ingredience předem vychlazené.

Ingredience

- 1 žlutý meloun
- 2 kaki
- 1 mango
- 3 hrušky (hodně zralé)
- 500 ml minerálky
- 20 ml citronové šťávy

Kategorie

Výjimečný den, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročná, Ovoce, Něco extra, Rodina, Párty občerstvení