

Przekładaniec owocowy z miętowym jogurtem naturalnym

Składniki:

- 1 gruszka
- 1 zielone jabłko
- 100g malin
- 100g jagód
- garść winogron bez pestek
- 250g gęstego jogurtu naturalnego
- sok z 1/2 cytryny
- mały krzak mięty

Wykonanie:

Oberwij listki mięty, przesiekaj drobno i przelóż do moździerza. Dodaj kilka kropel soku z cytryny i łyżeczkę jogurtu. Utrzyj miętę na zieloną pastę i połącz ją z pozostałą częścią jogurtu oraz sokiem z cytryny.

Nieobraną gruszkę i jabłko pokrój na drobną kosteczkę, usuwając uprzednio gniazda nasienne. Winogrona przekrój na ćwiartki. Wymieszaj pokrojone owoce razem.

W pucharku lub wysokiej szklance wyłóż na spód 2-4 łyżki owoców i przykryj je paroma łyżkami jogurtu miętowo-cytrynowego. Czynność tą powtarzaj do wypełnienia naczynia.