



Hozzávalók:

1-1 kisebb fürt (összesen kb. 30 dkg) nagy szemű, mag nélküli piros és zöld szőlő, 3 kivi, 2 érett avokádó, 6 evőkanál juharszirup vagy méz, 1 evőkanál barna cukor, 2 dl habtejszín

1. A szőlőt megmossuk, leszemezzük, a szemeket félbevágjuk (ha lenne benne mag, kikaparjuk). A kiviket meghámozzuk, egyenként négybe vágjuk és fölszeleteljük, a szőlővel összekeverjük.
2. Az avokádókat félbevágjuk, magjukat kiszedjük, húsukat a héjből evőkanállal kiemeljük, fölszeleteljük. A tejszínt kemény habbá verjük.
3. Minden tányérra egy-egy fél avokádót teszünk legyezőszerűen, a kivis szőlősalátát ráhalmozzuk. Juharsziruppal gazdagon meglocsoljuk, a barna cukorral megszórjuk, majd 1-1 kanálka tejszínhabbal díszítjük.

Jó tanács

- Ezt a salátát desszertként tálaljuk.

4 főre

Elkészítési idő: 20 perc

Egy adag: 468 kcal