



Desserts

Brochette de fruits

Pour 4 personnes.

Ingrédients

150 grammes de raisins (blanc et noir)

1 citron (le jus)

250 grammes fraises

1 orange

2 bananes

2 kiwis

1 pomme

Méthode de préparation

Coupez les kiwis, la pomme et l'orange en dés. Coupez les fraises en deux et les bananes en rondelles.

Pressez le citron et trempez la pomme dans le jus de citron pour éviter qu'elle brunisse.

Piquez les fruits sur les bois à brochettes en alternant bien les couleurs. Répandez le reste du jus de citron sur les brochettes de fruits.

Conseil:

Faire des brochettes de fruits est une occupation idéale pour les enfants. Laissez les enfants faire eux-mêmes leurs brochettes et apprenez-leur les avantages des fruits. Ainsi ils en apprennent davantage sur les fruits de manière ludique et profitent d'un délicieux quatre-heures ! Amusement garanti.

