SKUHAJ.SI



sadna nabodala s kivijevo omako

Chef Maja Lilija
Vrsta jedi: sladica
Čas priprave: 20 minut ali manj
Količina 1
Zahtevnost: srednje lahek

NASLOV SKUPINE SESTAVIN (NPR. TESTO, KREMA, ...)

- 1/2 jabolka
- 0.5 dcl sladke smetane
- 1 mandarina
- 2-3 kos kivija
- 1/2 nashi hruške

NAVODILA ZA PRIPRAVO

Jed je za 2 osebi.

Sadna nabodala pripravimo kot zdrav prigrizek po nedeljskem kosilu. Kivi narežemo na kose, prav tako na kose narežemo mandarino, jabolko in nashi (hruška). Po poljubnem vrstnem redu jih zlagamo na ražnjič palčko.
Kivi (1 komad) olupimo in ga narežemo na koščke. Damo v multipraktik (glej video!), dodamo sladko smetano (lahko tudi mleko) in zmiksamo. Za kivi sem se odločila zaradi tega, ker je bogat z vitaminom C, ki nam ga v tem času manjka. Kivi lahko po želji uporabimo tudi celega (ni ga potrebno lupiti), saj je olup poln antioksidantov.

Sadna nabodala damo na krožnik in prelijemo z kivijevo omako.