

OPPSKRIFT FRUKTSALAT

Du trenger (4 porsjoner):

1 stk. pære

1 stk. eple

1 stk. banan

2 stk. kiwi

200 g. jordbær

1 dl. rosiner

2 dl. appelsinjuice

Hvis du ikke har akkurat den frukten som står i oppskriften kan du bruke annen frukt du har hjemme!



Slik gjør du:

Skrell frukten og del den i passe store biter. Ha i rosiner og bland alt forsiktig sammen. Hell over appelsinjuicen.

Så serverer du litt frukt i en liten skål til alle som vil ha. Mmmmmmm!

Kanskje et av "friminuttene" i disse dager kan brukes til å lage et sunt og godt lite mellommåltid? Mange av barna som har gått på matkurs på AKS har laget denne retten før og den er alltid populær 😊