



Состав:

на 2 порции

1 яблоко среднего размера (сорт Гала или Пинк Леди)

2 персика среднего размера

1 небольшой апельсин

1-2 киви

4 веточки свежей мяты

Заправка:

1 ст.л. свежесжатого апельсинового сока

1 ч.л. свежесжатого сока лайма

оливковое масло Extra Virgin

Рецепт фруктового салата из яблок, персиков и апельсинов:

Все фрукты промыть и обсушить.

Яблоко и киви очистить от кожицы и нарезать некрупными ломтиками толщиной 3-4 мм. Апельсин очистить и нарезать мелкими ломтиками. Персики разрезать на 4 части, извлечь косточку и каждую часть нарезать ломтиками толщиной 2-4 мм. Свежую мяту промыть, обсушить и мелко порубить.

Все компоненты салата смешать, заправить соком апельсина и лайма и сбрызнуть оливковым маслом Extra Virgin.

Приятного аппетита!