



INGREDIENTS

- 12 maduixots
- 2 taronges (suc)
- 2 kiwis
- 2 pomes
- 1 plàtan
- 1 pera
- ½ pinya
- 300 ml aigua

ELABORACIÓ

1. Netejar totes les fruites i pelar.
2. Triturar les fruites amb l'aigua.
3. Refredar i servir en gots.

La recepta base seria aquesta però partint d'aquesta en tenim moltíssimes variacions:

- Des del triturat, si muntem una mica de nata i ho barregem podríem fer una mousse molt ràpida i saludable.
- Podríem afegir només una mica de llet de soja.
- En aquesta base se li pot posar iogurt natural.
- També, amb iogurt natural, el podríem posar en un plat i la fruita tallada per sobre.
- Són uns postres en el que els nens participen en tot el procés i els presentem diferents opcions per menjar la fruita, juntament amb d'altres postres que els agraden tant, com són els iogurts i amb infinitat de variacions.

NOTES:

